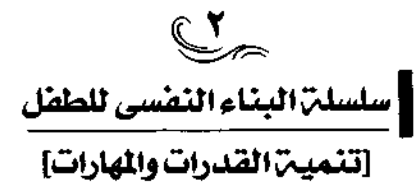


تنمية القدرات والمهارات

تنمية ال... وإدارة الذات

د. سعد رياض
دكتوراه فى علم النفس والعلاج النفسى



تنمية المهارات الوجدانية وإدارة الذات

الدكتور
سعد رياض
دكتوراه في علم النفس





مقدمة الموسوعة

أصبح بناء السدود والأنفاق والخوض فى البحار والفضاء والسير تحت الأرض وفى السماء أيسر وأسهل من بناء شخصية إنسان بمعنى الكلمة. وذلك لأسباب عديدة؛ منها تعدد وسائل التأثير فى الإعداد والبناء، وأصبح للآباء شركاء كثيرون فى تربية الأبناء.

وبالتالى عندما نريد بناء إنسان علينا أن نفكر فى وسائل البناء الجيد، ونعد أنفسنا إعدادًا ملائمًا لمثل هذه التحديات. ونسأل أنفسنا عدة أسئلة منها: ما هى العوامل التى تساعد أو تعوق عملية النمو والبناء؟ وهل بناء الشخصية وإعدادها يرتبط بالوراثة أو بالبيئة والتربية؟ أو هما معًا؟ وهل تنمية القدرات أمر سهل أم هو مستحيل؟ وهل تتوقف التنمية للقدرات على مجتمعات دون مجتمعات أخرى؟

وما أثبته العلم والدراسات الحديثة أنه ليس للوراثة وحدها تعود صفات الطفل وقدراته وأنماط سلوكه، بل الدور الحاسم للتربية الأسرية والمجتمعية والمدرسية، وهذه التربية لا تقتصر على زمان ومكان محددين. . إنها مستمرة استمرار الحياة.

وبالتالى يحتاج مجتمعنا الآن إلى قدرات عديدة ومهارات متنوعة حتى نستطيع أن ننهض ونساير التقدم العالمى فى كل مكان.

والسؤال الذى يطرح نفسه الآن إلى متى نظل كشعوب عربية ننتظر ما ينتج من الخارج؟ ولماذا لا يكون عندنا كفاية من العلماء والمفكرين والمخترعين؟ ولماذا نسينا تاريخنا المجيد وما أسهمنا به للعالم من إنجازات علمية وتقنية؟ ولماذا أصبح الجيل الجديد بلا هوية فكرية وبلا طموح وبلا قدرات مميزة؟

ومن هذا المنطلق نحن فى حاجة ماسة إلى وجود برامج تنموية يسهل استخدامها وتطبيقها على الجيل الجديد.

وفى هذه السلسلة سوف نقدم لولى الأمر والمعلم والمربى خطوات عملية فى تنمية القدرات والمهارات وتكوين شخصية مبدعة مبتكرة تستطيع تحقيق ذاتها والتوافق مع غيرها. وإضافة لبنة طيبة فى بناء مجتمعها.

مقدمة الموسوعة

أصبح بناء السدود والأنفاق والخوض في البحار والفضاء والسير تحت الأرض وفي السماء أيسر وأسهل من بناء شخصية إنسان بمعنى الكلمة. وذلك لأسباب عديدة؛ منها تعدد وسائل التأثير في الإعداد والبناء، وأصبح للآباء شركاء كثيرون في تربية الأبناء.

وبالتالي عندما نريد بناء إنسان علينا أن نفكر في وسائل البناء الجيد، ونعد أنفسنا إعداداً ملائماً لمثل هذه التحديات. ونسأل أنفسنا عدة أسئلة منها: ما هي العوامل التي تساعد أو تعوق عملية النمو والبناء؟ وهل بناء الشخصية وإعدادها يرتبط بالوراثة أو البيئة والتربية؟ أو هما معًا؟ وهل تنمية القدرات أمر سهل أم هو مستحيل؟ وهل تتوقف تنمية للقدرات على مجتمعات دون مجتمعات أخرى؟

وما أثبته العلم والدراسات الحديثة أنه ليس للوراثة وحدها تعود صفات الطفل وقدراته وأنماط سلوكه، بل الدور الحاسم للتربية الأسرية والمجتمعية والمدرسية، وهذه التربية لا تقتصر على زمان ومكان محددين. . إنها مستمرة استمرار الحياة.

وبالتالي يحتاج مجتمعنا الآن إلى قدرات عديدة ومهارات متنوعة حتى نستطيع أن ننهض ونساير التقدم العالمي في كل مكان.

والسؤال الذي يطرح نفسه الآن إلى متى نظل كشعوب عربية ننتظر ما ينتج من الخارج؟ ولماذا لا يكون عندنا كفاية من العلماء والمفكرين والمخترعين؟ ولماذا نسينا تاريخنا المجيد وما أسهمنا به للعالم من إنجازات علمية وتقنية؟ ولماذا أصبح الجيل الجديد بلا هوية فكرية وبلا طموح وبلا قدرات مميزة؟

ومن هذا المنطلق نحن في حاجة ماسة إلى وجود برامج تنموية يسهل استخدامها وتطبيقها على الجيل الجديد.

وفي هذه السلسلة سوف نقدم لولي الأمر والمعلم والمربي خطوات عملية في تنمية القدرات والمهارات وتكوين شخصية مبدعة مبتكرة تستطيع تحقيق ذاتها والتوافق مع غيرها. وإضافة لبنة طيبة في بناء مجتمعها.

وفي هذه السلسلة سوف نتناول بالشرح والتفسير للعديد من الجوانب منها:

- تنمية التفكير الإبداعي .
- تنمية القدرات الوجدانية وإدارة الذات .
- تنمية القدرات اللغوية واللفظية .
- تنمية القدرات المنطقية والحسابية والاختراع .
- تنمية القدرات الاجتماعية والقيادة .

وغيرها من القدرات المرتبطة بها لتكون مرشداً ودليلاً للمربى فى تربية أولاده تربية صحيحة ، وبناء وجدانهم وأنفسهم بناء جيداً . واستثمار قدراتهم وتنميتها تنمية شاملة . ووقايتهم من مشكلات الفراغ وما يتبعه من انحراف وسلوكيات سلبية .

فنسأل الله العلى العظيم أن يوفقنا إلى ما يحب ويرضى

د . سعد رياض



مقدمة الجزء الثانى

وسائل وخطوات تنمية القدرات عند الأبناء تدخل فى مرحلة جديدة ألا وهى تنمية القدرات الوجدانية، أو قدرة الابن على التحكم فى نفسه وإدارة ذاته وهى من أهم الصفات التى تميز الإنسان على بقية الكائنات الأخرى . .

وتعد نظرية الذكاء الوجدانى إحدى النظريات الحديثة التى ظهرت لتنبه أصحاب نظريات الذكاء إلى الدور الأكبر الذى يلعبه الوجدان فى النظام المعرفى للقدرات الإنسانية.

ويؤكد كل من «ريتشارد روبرتس» و «موشى زيدنر» و« جيرالد ماثيوز» فى إحدى أهم الدراسات التى أجريت فى مجال دراسة الذكاء الوجدانى مؤكدين على النقاط التالية :

- أن قدرة مفهوم الذكاء الوجدانى على التنبؤ والتوقع للمعايير التعليمية والمهنية تفوق قدرات المفهوم التقليدى للذكاء، وقد ساهم هذا الأمر فى الاهتمام بالمفهوم وساعد على انتشاره.

- أنه مفهوم له قابلية للتنمية والتطوير والتعديل وهو ما يكسبه مرونة تجعله أكثر قابلية للتناول.

- اعتبر مفهوم الذكاء الوجدانى أحد أشكال التطوير لمفهوم الذكاء التقليدى، بينما رأى البعض أنه نتاج عملية دمج لعدة عمليات سيكولوجية تتلاقى فيها الجوانب المعرفية والوجدانية والاجتماعية معًا لتحقق تكاملاً إنسانياً فى التناول.

- أن الذكاء الوجدانى هو حجر الأساس الذى تبنى عليه كافة أنواع الذكاء الأخرى، وهو الأكثر إسهامًا فى الحياة. وأن الاهتمام بالعلوم الأخرى (الرياضيات والفيزياء، وغيرها) فى التعليم على حساب المهارات الوجدانية والاجتماعية إنما ينذر بخطورة كبيرة هى الأمية الوجدانية. . . [1]

(١) د. خالد عبد الرازق : مجلة دراسات نفسية : المجلد ، ١٧ العدد ٢ ، ٢٠٠٧ .

ومن هذا المنطلق سوف نتناول فى الأطروحة التالية الشرح والتفصيل للطرق والوسائل التى يمكن بها المربى أن ينمى الذكاء الوجدانى والقدرات العاطفية عنده وعند أبنائه . . .

حيث يجد المربى الإجابة عن التساؤلات التالية....

- هل يمكن للمربى أن ينمى فى نفسه القدرات الوجدانية؟
- هل يمكن للمربى أن يقيس قدراته العاطفية وذكاءه الوجدانى؟
- هل يمكن للمربى أن يبنى شخصية سوية ويعد أبناءه إعدادًا نفسيًا جيدًا؟
- هل يمكن للمربى أن يستخدم طرقًا مبتكره فى تنمية القدرات الوجدانية فى أبنائه؟
- هل يمكن أن يكون التربية على الذكاء الوجدانى من الطرق التى تستخدم فى تعديل السلوكيات السلبية عند الأبناء؟
- هل يمكن أن نربى الأبناء من الصغر على إدارة الذات والقدرة على مساعدة الذات والاعتماد على النفس؟

وغيرها من الموضوعات التى تعالج تنمية القدرات الوجدانية أو العاطفية ومهارة إدارة الذات عند الأبناء . . .

فنسأل الله العلى العظيم التوفيق والسداد والقبول . . .

د / سعد رياض



المربى أولاً

- تمهيد.
- ثقة المربى بنفسه بداية التغيير.
- نداء مهم للمربى.
- تساؤل للمربى: هل لديك ذكاء وجدانى؟
- أهمية الذكاء العاطفى.
- مقومات الذكاء العاطفي.
- كيف ينمى المربى الذكاء الوجدانى فى نفسه؟
- الذكاء الوجداني يمكن تعلمه واكتسابه.
- اختبر نفسك.


تليجرام
مكتبة
غواص
في بحر الكتب

تمهيد:

تحتاج التربية الصحيحة إلى وسائل جيدة ومناسبة لطبيعة من تربى، وعندما نريد تربية الأبناء على المهارات الوجدانية أو العاطفية، وتدريبهم على إدارة الذات فإننا نحتاج إلى توفر مربٍّ جيد يملك زمام أموره ويستطيع التحكم هو أولاً فى أهوائه، ويقود نفسه دائمًا إلى التفوق والصلاح، وبالتالى قبل أن يبدأ المربى فى تنمية الذكاء الوجدانى عند أبنائه يحتاج أن يبدأ بنفسه أولاً.. حتى يكون على غيرها أقدر...

وهنا نقول للمربى ابدأ بنفسك أولاً...

ثقة المربى بنفسه بداية التغيير:

توجد صفة مهمة من الصفات الشخصية تحتاج من كل مربٍّ أن يتحلى بها وهى صفة الثقة بالنفس. ولقد اتضح أن لهذه الصفة الكثير من الفوائد والآثار على شخصية الأولاد وعلى بناء ذاتهم.

ويقول « ديفيد فيسكوت»: إن لم يكن لديك ثقة بذاتك، فستجد نفسك مجبراً على أن تثق فى أى شخص من شأنه أن يعتنى بك. أو يمكنك أن تمضى فى حياتك لدرجة ألا تعترف بأى قصور أو جوانب ضعف أو أخطاء من جانبك. هناك بعض الناس إن لم يكن لديه ثقة مطلقة بأنفسهم لا يكون لديهم ثقة إطلاقًا. وفى الواقع إن الثقة المطلقة بالذات تعادل عدم الثقة على الإطلاق.

إنك بحاجة لأن تثق فى نفسك لتحسن أداءك، لتكون لديك القدرة على العطاء، لتقبل الناس والأشياء، لتحب الآخرين، ولتتحرر من قيودك. إن إيمانك بذاتك هو أعظم قوة لديك.

إن إيمانك بذاتك هو أهم دعم سوف تحظى به. فإذا كان الجميع يؤمنون بك دونك أنت، فإنك لن تخوض المخاطرة اللازمة فى سبيل إيجاد هدفك فى الحياة، أو إنجاز عملك، أو إيجاد الحب الحقيقى.

إن ثقة الآخرين بك شيء مهم، ولكن مهمتهم الوحيدة هي تذكيرك بأن تثق بنفسك؛ لأن ثقة الآخرين لا تعني شيئًا ما لم تكن واثقًا من نفسك.

قد تجد نفسك وحيدًا في هذا الاتجاه، حتى لو نظرت خلفك للأيام الخوالي، تتذكر عندما وقف الناس إلى جانبك، وامتدحوك واستحثوك لتحقيق النصر.

قد تزداد صعوبة ثقتك بنفسك عندما لا تجد من حولك يولونك هذه الثقة، ولكن ثقتك بذاتك هي -دائمًا- من صنعك أنت، إنها تصورك لأفضل ما فيك، قبولك لذاتك، حلمك. إنك لا زلت قادرًا على خلق هذه الثقة. فطالما فعلت ذلك، وطالما ستحتاج لفعل ذلك.

إنك أفضل شاهد على خبراتك، إنك غالبًا ما تكون الشاهد الوحيد على ذلك السر، سر تطويرك لذاتك وخبراتك الذي قد يُمكنك يومًا من تغيير العالم.

إن الذين يفعلون ذلك يؤمنون بأنفسهم برغم ما يواجهونه من صعاب.

لذلك كن على ثقة فيما وهبه الله تعالى لك. وكن على ثقة في هدفك حتى عندما لا يكون لديك هدف واضح.

نداء مهم للمربي:

كن واثقًا في نفسك من غير غرور تكون مؤهلاً لتصبح مربيًا جيدًا. واعلم أن الأبناء ينقلون بالمشاهدة ما يفوق التعليمات الكثير، فكن قدوة لهم في ثقتك بنفسك وقدراتك وإمكاناتك. واحمد الله تعالى دومًا على ما أعطاك من النعم والخير الكثير.

تساؤل للمربي:

هل لديك ذكاء وجداني؟

يحتاج أن يعرف كل مربٍّ نفسه أولاً، ويسأل نفسه هل أمتلك في شخصيتي ذكاءً وجدانيًا؟

نلاحظ أن مفهوم الذكاء الوجداني مفهوم جديد نسبيًا، ولكن أصبح في غاية الأهمية عند التحدث عن المهارات الشخصية أو التنمية البشرية، وبالتالي نحتاج أن نفهم الكثير عن هذا المفهوم، وكيف يغرسه المربي في نفسه ويربي بعد ذلك أبناءه ؟

أولا: ما هو الذكاء الوجدانى؟

الذكاء العاطفى هو القدرة على التعرف على شعورنا الشخصى تجاه الآخرين لتحفيز أنفسنا ولإدارة عاطفتنا بشكل سليم فى علاقتنا مع الآخرين.

كذلك الذكاء الوجدانى هو أنك تجعل من نفسك رقيبًا عليك. أى يصبح لديك مدرب داخلى يفحص أقوالك وردود أفعالك ويساعدك أن تكون ردود أفعالك أفضل فى المرة التالية.

وهو أيضًا لا ينتقدك أو يلومك وإنما يشجعك على مزيد من التطوير فى التعامل مع نفسك ومع الآخرين.

أهمية الذكاء العاطفى:

يوجد للذكاء العاطفى أو الوجدانى العديد من الفوائد للشخص وللمجتمع، ومن أهم هذه الفوائد:

١-الانسجام بين عواطفك ومبادئك وقيمك، مما يشعرك بالرضا والاطمئنان.

٢-اتخاذ قراراتك الحياتية بطريقة أفضل.

٣-الصحة الجسدية والنفسية الجيدة.

٤-القدرة على تحفيز نفسك وإيجاد الدافعية الذاتية لعمل ما تريد.

٥-أن تكون أكثر فعالية فى العمل من خلال العمل الفردى أو مع فريق.

٦-امتلاك حياة زوجية أكثر سعادة واستقرار.

٧-أن تكون مربيًا ناجحًا ومؤثرًا فى أسرتك.

٨-تحصل على معاملة أكثر احترامًا من الآخرين.

٩-تكوين العلاقات والصداقات التى تريدها بيسر ومرونة.

١٠- أن تكون أكثر إقناعًا وتأثيرًا فى الآخرين.

١١- أن تحصل النجاح الوظيفى أو العملى بأعلى درجاته.

مقومات الذكاء العاطفى:

يشتمل «الذكاء العاطفى» على مجموعة من الصفات العاطفية التى تظهر أهميتها فى تحقيق النجاح، ومنها:

- القدرة على فهم مشاعرنا ومشاعر الآخرين.
- القدرة على تحقيق محبة الآخرين والقدرة على التعامل معهم.
- القدرة على التعبير عن المشاعر والأحاسيس وفهمها.
- القدرة على تكوين علاقات (القابلية للتكيف).
- القدرة على الانضباط الذاتى والسيطرة.
- النجاح الأكاديمى والعلمى والعملى.
- القدرة على اتخاذ القرار (الاستقلالية).
- المثابرة والإصرار على العمل الجاد.
- حل المشاكل القائمة بين الناس.
- احترام الذات واحترام الآخرين.

كيف ينمى المربى القدرات الوجدانية فى نفسه؟

توجد مجموعة من المهام والخطوات تحتاج أن تتعلمها وتتدرب عليها أولاً، حتى تكون صاحب قدرات وجدانية مميزة وجيدة وتكون مؤهلاً لتربية الوجدان وتنميته عند من تعول:

- **لاحظ نفسك:**

لاحظ جسدك: الجسد يعكس المشاعر بصدق وأمانة أكثر من العقل. ضربات القلب، التنفس، الحلق الجاف، العرق فى الأيدى.

لاحظ مشاعرك: ماذا أشعر؟ هل أشعر أنى أتعرض للهجوم هل أنا قلق؟ هل أشعر أنى أريد أن أدافع عن نفسى؟ هل أنا غاضب؟ هل أشعر بالتحدى؟ هل أنا خائف؟

لاحظ أفكارك: على أى شيء أركز فكرى؟ هل أركز على الدفاع عن موقفى؟ هل أركز على الهجوم على الآخرين وتفنيد وجهات نظرهم؟ هل هدفى الوحيد حماية نفسى؟

لاحظ مظهرك الخارجي: كيف أبدو الآن أمام الآخرين؟ نبرة صوتى، هل هى مرتفعة أم مناسبة؟ ما هى حركات جسدى؟ وما هى الرسالة التى تنقلها تعبيرات وجهى؟ هل هى متحدية أم مسترخية؟

لاحظ الآخرين:

- ما الذى يحاولون نقله من رسائل من خلال كلامهم؟
- ما هى سلوكياتهم غير اللفظية (حركات أجسادهم وأياديهم)؟ ما هى تعبيرات وجوههم؟ نظرات عيونهم، هل يتفادون النظر فى العين، أم ينظرون إلىَّ بطريقة مباشرة؟
- ما هو مزاجهم؟ مسرورون؟ متوترون؟ مشجعون؟ غاضبون؟ ثائرون؟ حزانى؟ محبطون؟ إلخ.
- ما هو شكل البيئة المحيطة؟ هل بيئة مسترخية؟ أم بيئة متوترة؟ التليفون يرن، الكومبيوتر مفتوح.. أكثر من شخص يتكلم ويتداخل[1].

- **يفسِّر:**

كل منا لديه بنك معلومات يفسر الكلام والتواصل غير اللفظى بطريقة ما. هنا نحتاج لمعونة المخ العقلانى لتوضيح التفسيرات المختلفة للمواقف والسلوكيات. لدى كل منا ميل لتفسير ما. لكن المخ العقلانى يمكن أن يمدنا بمزيد من التفسيرات المحتملة. على سبيل المثال، يميل المخ الوجدانى فينا إلى تفسير عدم رد شخص أنه رفض وكراهية، بينما يمكن أن ندرب أنفسنا على استشارة المخ العقلانى الذى من الممكن أن يقدم تفسيرات أخرى كثيرة مثل:

- الشخص الآخر لم يكن منتبهاً. ربما كان حزيناً أو مستغرقاً فى تفكير عميق.

(1) www.shatharat.net.

- الشخص الآخر ليس لديه ما يقوله . إلخ .

- **يتوقف:**

التوقف قليلاً خطوة أساسية فى الوعى بالنفس والتعامل مع المشاعر . التوقف قليلاً، يمنع المخ الوجدانى من الاندفاع فى سلوك لم يتم فحصه جيدًا ويسمح للمخ العقلانى بالتحكم فى الأمر . هنا المدرب الداخلى يقول لك : توقف قليلاً قبل أن ترد . انتظر لا تتخذ قرارًا الآن .

- **يوجِّه:**

بعد أن تلاحظ وتفسر وتتوقف، تستطيع أن توجه تفكيرك ومشاعرك وردود أفعالك للوجهة الصحيحة التى فيها فائدتك الشخصية وفائدة من حولك . المعادلة التى تحدث دائمًا عندما لا ندرب أنفسنا على الذكاء الوجدانى هى :

حدث أو موقف + طريقة تفكير أو تفسير معتاد = رد فعل وجدانى وسلوكى مندفع نندم عليه

بعد الملاحظة والتفسير والتوقف يمكن أن تكون المعادلة هكذا :

حدث أو موقف + طريقة تفكير أو تفسير معتاد + إعادة توجيه التفكير = رد فعل وجدانى وسلوكى أفضل .

يتأمل:

تأمل ما حدث، تأمل النتائج المختلفة التى حصلت عليها عندما مارست الذكاء الوجدانى وسمعت لصوت الموجه الداخلى الذى قال لك لاحظ وفسر تفسيرات جديدة، توقف ثم أعد التوجيه . تأمل ردود أفعال الآخرين وكيف أصبحت مختلفة عما كان يحدث عندما كنت تندفع فى الكلام أو التصرف . كيف تطور الموقف للأفضل؟ كيف تحسنت علاقاتك؟ كيف أثبتت النتائج عدم دقة أفكارك القديمة؟ هذا التأمل يشجعك على ممارسة الذكاء الوجدانى أكثر فأكثر .

- يحتفل:

الاحتفال بالإنجاز وتشجيع النفس أمر ضروري جداً لمداومة العمل. الاحتفال والمشاعر الطيبة تثبت وتعمق هذه «التوصيلات» الجديدة في المخ. أيضًا الاحتفال بالنمو والنضوج يرسخه في وجداننا.

- احتفل بنظرتك الجديدة للحياة، احتفل بحقيقة أنك الآن تعرف ما هو المهم في الحياة و ما هو غير مهم. إن كنت أعدت ترتيب قيمك في الحياة بشكل أفضل. احتفل بذلك. إن كنت تعلمت أن الاستثمار في الأمور بعيدة المدى أهم من «فش الغل» بشكل مباشر، احتفل بذلك!

- احتفل بقدرتك على التحكم في نفسك. بأنك لم تعد محمولاً بكل مشاعر تدفعك هنا وهناك كسفينة تحملها الأمواج. من أكثر الأمور التي تزيد من ثقتنا بأنفسنا هو أننا نثق أننا قادرون على إدارة حياتنا.

- احتفل بمهاراتك الجديدة في الكلام والاستماع. احتفل بمستواك الجديد في اللباقة والمهارات الاجتماعية.

- يكرر ما هو مفيد:

كرر هذه التدريبات دائمًا وحاول أن تتقنها أكثر وأكثر. لاحظ أخطاءك بدون لوم للنفس. التصحيح والتكرار يزيدان من عمق المهارة وسهولتها وتطبيقها بدون عناء. ربما تظن أن هذه الخطوات صعبة وتقول في نفسك. من عساه يفكر هكذا ويفحص هكذا طوال الوقت. بالطبع هذا في البداية صعب جداً ولكن مع الوقت يمكنك أن تمارس هذا بسلاسة وبشكل شبه تلقائي مثل المشي أو ارتداء الملابس أو قيادة السيارة أو استخدام التليفون. التدريب والتكرار هما كلمة السر في التقدم والإتقان في كل شيء.

ملحوظة مهمة:

والآن هل يمكنك أن تتدرب على هذه المهام السابقة . .

فابدأ الآن وبعدها اختبر نفسك بالاختبار التالي . . .

الذكاء الوجداني يمكن تعلمه واكتسابه:

ولعل من أهم جوانب التطور إثارة في موضوع الذكاء الوجداني، ما يتعلق بتدريبه وزيادته في السلوك. فالذكاء الوجداني - بعكس الذكاء العقلي ونسبة الذكاء التقليدية - يتصف بعدد من المهارات التي يمكن تعلمها واكتسابها بيسر. وقد كشفت بحوث العلماء في هذا الصدد أن الذكاء الوجداني خاصية أو مجموعة من الخصائص يمكن تدريبها وتنميتها من خلال كثير من الأساليب التي تساعد على تنميتها وتقويتها في الشخصية.

سر اللعبة:

الآن عرفت ما هو الذكاء الوجداني وتعرفت على بعض خصائصه الثابتة، ويبقى لك أن تعرف بعض ما يجب عمله لاكتساب مهاراته. وقد استطاع العلماء لحسن الحظ أن يكتشفوا كثيراً من أسرار هذا النوع من الذكاء، كما استطاع البحث العلمي أن يمنحنا كثيراً من التوجيهات التي ترفع من معدل الذكاء الوجداني من بينها:

- تدريب الذات على الهدوء والاسترخاء في مواجهة الأزمات.
- كن واعيًا بالمشاعر والانفعالات السلبية التي تتملكك أحيانًا دون توقع.
- كن منتبهًا بشكل خاص لحالات القلق والاكتئاب والغضب، واعمل على التخلص منها أو الإقلال منها بقدر ما تستطيع، لأنها تعيق تفاعلاتك الجيدة بالناس وتجعل بينك وبينهم سدآ منيعًا يعيق تفاعلك بهم.
- لا تجعل العناد أو المكابرة يحرمانك من التعلم من الآخرين حتى ولو كانوا أصغر منك أو مختلفين عنك أو أقل مركزًا أو سطوة. فالرأي الجيد والحكمة لا تعرف التمييز فاطلبها حيثما وجدتها وأينما وجدتها ومع من تجدها.
- حافظ دائمًا على مشاعر طيبة عند التعامل مع الآخرين بأن تتفهم مشاعرهم وما يوجههم من دوافع وحاجات شخصية واجتماعية. تفهم مخاوفهم، ومشاعرهم بالغيرة والغضب حتى تكون أقدر على توجيه تفاعلاتك معهم في الطريق الإيجابي دائمًا وبأقل قدر من التوتر.

علينا أن ندرب أنفسنا جيداً على مواجهة الأزمات بهدوء، وأن نتصدى لحل الخلافات خاصة تلك التى تثور عندما نواجه مختلف التأثيرات السلبية والعقبات التى قد تطرحها أمامنا بيئة اجتماعية تعوق قدراتنا على النمو السليم والصحة النفسية.

ينبغى أن تنمى قدرتك على مواجهة النقد الخارجى. انظر للنقد بوصفه فرصة للناقد والمنتقد للعمل معًا نحو تحقيق هدف له معنى للوصول إلى حلول ناجحة للمشكلات التى أثارت النقد، وليس بوصفه خصومة وتآمراً.

- راقب تحيزاتك وتعصبك الشخصى ضد بعض الأشخاص المختلفين عنك اجتماعياً أو ذهنياً. تذكر أن التعصب نوع من الجمود العاطفى؛ ولهذا تتصف الشخصية المتعصبة بالعدائية نحو المختلفين عنا فى الرأى أو السلوك، مهما كانت الحقائق مختلفة عما نحمل من رأى متحيز أو توجه سلبى نحو الآخرين.
- لكى تنمى شخصيتك فى اتجاه الذكاء الوجدانى امنح فرصة لنمو مهاراتك على التعاطف ومؤازرة الآخرين ومد يد العون لهم. تذكر أن العطاء لا يكون مادياً فحسب بل يمتد ليشمل قدرتك على العطاء من جهدك ووقتك وعلمك. تذكر أنه إذا كان من أهدافك أن تمد يد العون والمساعدة للآخرين فثق أنك ستجد الكثير من الطرق الملائمة لعمل ذلك، فالمجال أمامك واسع جداً لتكون خدومًا، حيث خادم القوم سيدهم[(١)].
- أخيرًا انظر وتأمل المهام السابقة وضع فى حسبانك أن عدم التدريب عليه يعد عقبة فى تطورك الشخصى ونجاحك فى العمل، ولذا عليك أن تستمر فى أدائها حتى تصبح تصرفاتك الجديدة عادية وترتبط بحق بما يسمى بالذكاء الوجدانى.

اختبر نفسك:

اقرأ المواقف والعبارات التالية وابدأ دون تردد اختيار الإجابة التى تشعر بها، واعلم أن صدقك مع نفسك من أهم القدرات التى ينبغى أن تتحلى بها:

١- إذا كان عليك اتخاذ قرار فى موضوع يهمك هل:

أ- تتخذ القرار بجدية وسرعة؟

---

(1) www.bdr130.net

ب- تؤجل اتخاذ القرار لفترة بسيطة لدراسة الموضوع جدياً؟

ج- تهمل الأمر ولا تبالى بتاتًا؟

٢- إذا غضبت منك والدتك أو أحد الأشخاص القريب منك هل:

أ- يفسد ذلك يومك ولا تستطيع إنجاز أى شيء؟

ب- تحاول إرضاءه بأى شكل ثم تهتم بأعمالك ومهامك؟

ج- تتأثر قليلا ولكنك تنسى الأمر بسهولة فلديك يوم حافل بالمهام والإنجازات؟

٣- إذا تعرضت لموقف محرج أمام أشخاص لا تعرفهم هل:

أ- تتألم وتحاول الهرب وكأن الدنيا قد انتهت؟

ب- تتأثر جداً ولكنك تحاول تهوين الموقف عليك؟

ج- تهمل الأمر كله ولا تفكر به بتاتًا فهو أمر عادى والجميع معرض له؟

٤- إذا شاهدت موقفًا مؤثراً فى التلفاز أو فى الواقع هل:

أ- تغرق فى البكاء وتصاب بحالة غثيان؟

ب- تدمع عيناك للحظة؟

ج -لا تتأثر أبدًا؟

٥ - إذا علمت أن أحد أحبائك المقربين فى مقر دراستك أو عملك سوف ينتقل إلى مكان آخر هل:

أ- تتألم وتغيب عنه لفترة طويلة حتى تعتاد غيابه؟

ب - تحاول ثنيه عن الانتقال بدافع ما تكنه له من مشاعر احترام ومودة؟

ج - تواصل حياتك دون إزعاج أو اهتمام؟

٦ - إذا حدثك صديقك عن معاناته هل:

أ- تبكى وتصرخ بشكل ملفت؟

ب - تتأثر جداً ولكنك تخفى انفعالك عنه؟

ج - لا تهتم للأمر وتعتبره أمرًا عادياً لا يستحق الانفعال؟

٧- إذا اتصل بك صديق وأنت فى استعداد لزيارة قريب لك ويريد أن يطيل الحديث معك على الهاتف هل:

أ -تستمر فى الحديث معه وتطيل الحديث وتؤجل زيارتك لحين انتهائك من المكالمة؟

ب -تتحدث معه قليلاً ثم تعتذر بلباقة مراعيًا شعوره وتنهى المكالمة معه؟

ج - تعتذر منه فوراً وتذهب فى زيارتك مستعجلا دون تأخير؟

٨- إذا طلب منك صديقك خدمة كبيرة على حساب وقتك هل:

أ- تؤدى له الخدمة لو كانت تسبب لك الكثير من الضيق والمشاكل؟

ب- تحاول مساعدته قدر الإمكان حسب قدراتك؟

ج - ترفض مساعدته وتتجاهل أمره؟

٩ - حين ترتكب خطأ ما مع صديقك هل:

أ- تعاقب نفسك بشكل قاسٍ وتعتذر منه فى الفور؟

ب - تنتظر حتى تهدأ نفسيتك وتقدم له عذرك من هذا التصرف؟

ج- لا تهتم للأمر فكل الناس تخطئ ولست وحدك الذى يخطئ؟

١٠ - إذا قابلت شخصية جديدة وتود فى عقد صداقة هل:

أ- تبالغ فى مشاعرك ومجاملاتك؟

ب- تكون صادقًا فى مشاعرك وتتصرف بتلقائية؟

ج- تتجاهل الأمر فإن أرادت تلك الشخصية صداقة تبدأ هى بالخطوة الأولى؟

قيِّم نفسك:

إذا كان اختيارك للإجابة (أ) تحصل على ٣ نقاط .

وإذا كان اختيارك للإجابة (ب) تحصل على نقطتين .

وإذا كان اختيارك للإجابة (ج) تحصل على نقطة واحدة .

والآن حدد مستواك:

إذا حصلت على درجة بين (٢٤ - ٣٠):

فأنت عاطفي جداً فدموعك تنهمر بسهولة لأي موقف مؤثر يحدث لك أو لغيرك، وعواطفك مبالغ فيها مما يجعلك توتر أصدقاءك بعواطفك الجياشة المبالغ فيها؛ لذلك فإن غالبية الناس ستجد صعوبة في معاملتك . حاول أن تكون متزناً في ردود فعلك ومشاعرك حتى لا تتحول إلى كتلة نارية من المشاعر تحرق كل من يقترب منها .

وإذا حصلت على درجة بين (١٧ - ٢٣):

فأنت عاطفي ولكن بمثالية، مشاعرك شفافة ومتزنة، عاطفتك جياشة ولكنها بقلبك، تدعم المقربين لك في المحن وتحسن انتقاء الكلمة المناسبة والتصرف اللائق لإسعاد الناس، فأنت صاحب قلب كبير ونفس كريمة تريد الخير للناس ويفيض قلبك بالتسامح والمحبة .

وإذا حصلت على درجة ما بين (٠ - ١٧) درجة:

فأنت لا تبالي ولا تتأثر حتى وإن تعرضت لأصعب المواقف، تشعر بأن الود الاجتماعي مضيعة للوقت فلا تهتم بأن يكون لديك صداقات، وتفضل أن تبقى على مسافة عاطفية مع الناس، فليس من السهل صداقتك أو تقديرك في قوتك وصلابتك ترغمك على فقد العديد من الأصدقاء والمقربين .



البناء النفسى للطفل وعلاقته بالذكاء الوجدانى

- تمهيد.
- تكوين الشخصية صاحبة الذكاء الوجدانى فى السنوات الأولى.
- كن نموذجاً للسلوكيات التى ترغب فى تعليمها لأطفالك.
- بناء الشخصية يكون قائماً على الحب.
- إشباع احتياجات الطفل فى اللعب واللهو.
- إشباع حاجة الطفل فى الحرية والاستقلال.
- حسن استخدام مبدأ الثواب والعقاب.
- الحاجة للشعور بالثقة والقوة :
- تأثير عدم إشباع الحاجات على شخصية الطفل.
- تأثير البيئة وإشباعاتها على شخصية الطفل مستقبلاً.
- اختبر نفسك.

تمهيد:

تكوين الشخصية السوية يحتاج إلى مهارات عديدة، وإذا أردت أن تربى طفلاً منذ الصغر تربية سوية ينبغى أن توجد عند المربى مهارات عديدة. وفيما يلى بعض هذه المهارات:

تكوين الشخصية صاحبة الذكاء الوجدانى فى السنوات الأولى:

يمكن القول إن الطفل فى سنته الأولى يكون أكثر مرونة وليونة كما أنه أسرع نمواً منه فى أى مرحلة مقبلة؛ وليست لديه فكرة عن نفسه ولا ذكريات قديمة ولا عادات يستند إليها؛ ولذا فإن ما يحدث من حوله بصورة تفصيلية أى كل ما يراه حوله وكيف يطعم وكيف يعامل وقت الإخراج والتبول، يترك أثرًا بسيطًا نسبيّاً فى نفس الطفل، وفى الوقت نفسه فإن نمط رعاية الأم وأسلوبها ووجودها أو حرمان الطفل منها، وعطفها له أو نبذها إياه كل ذلك يترك أثرًا عميقًا فى نفس الطفل ويضع البذور الأولى للثقة بالآخرين والمجتمع الخارجى، ويعد عاملاً مهماً فى بناء شخصية الفرد بعد ذلك.

والطفل فى السنوات الأولى من الحياة يعتمد إلى حد كبير على الأم. ومشكلة هذه السنوات الأولى هى إقامة هذا الاعتماد على أسس متينة وطبيعية. وإذا تم ذلك يصبح الطفل فى مستقبل أيامه فى موقف يسمح له بتحقيق ذاته. أما إذا لم تتحقق ذاته فإن حياة الفرد سوف تقوم على أسس من عدم الثقة. ويكون دائم الشك فى الآخرين ومن الصعب عليه التوافق مع المجتمع بشكل سليم.

ومن الممكن أن نلخص رأى «ألبورت» فى تكوين الشخصية فيما يلى:

- إن الشخصية من حيث هى أسلوب متميز من أساليب التكيف التى يقوم بها الفرد، لا توجد عند الولادة، وإن كان من الممكن القول بأن بذورها توضع مع الولادة.
- إن أساليب التكيف المميزة المبكرة والتى على أساسها يمكن أن نفرق بين طفل وآخر تتضح فى شدة نشاطهم التلقائى وتكراره (النشاط الحركى) وفى تعبيراتهم الانفعالية المزاحية، وكلا العاملين: الجسمى والمزاجى تحدده العوامل الوراثية.

- إنه ليس من المحتمل قبل بداية الشهر الرابع أن يكون الطفل قد نضج نضجًا كافيًا وتعلم عادات متميزة للتكيف. ومع بداية النصف الثانى من السنة الأولى تبدأ استجابات الطفل التوافقية المتميزة مع العالم المادى والاجتماعى تظهر بوضوح.

- إن الصفات المتميزة التى يمكن ملاحظتها فى وقت مبكر من حياة الطفل تميل إلى الاستمرار وبشكل ملحوظ يسمح للملاحظ أن يتنبأ بما ستكون عليه شخصية الفرد فى المستقبل.

كن نموذجاً للسلوكيات التى ترغب فى تعليمها لأطفالك:

يحدث خطأ متكرر من بعض المربين وهو حرصه الدائم على توجيه بعض أولادهم إلى السلوكيات الجيدة ولا يقوم هو بها.

على سبيل المثال:

تجد أبًا ينصح ابنه بعدم التدخين وأن التدخين مضر بالصحة، فى حين أنه يقوم بالتدخين ليل نهار.

أو أحد الآباء يحذر الابن من الكذب فى حين أنه يحدث منه الكذب فى مواقف كثيرة.

وغيرها من السلوكيات.....

وبالتالى إذا أردت أن تكون شخصية أولادك متصفة بالكثير من الصفات الجيدة، احرص على أن تكون قدوة لهم واصبر على ذلك. واعلم أن الله -تعالى- لا يضيع أجر من أحسن عملاً.

بناء الشخصية يكون قائماً على الحب:

يعتقد بعض الآباء أن أفضل وسيلة فى التربية هى الشدة أو القسوة أو العقاب المبالغ فيه؛ لأنه تم تجريبه أكثر من مرة وحقق أفضل نتائج، فردع سلوكيات سيئة، أو قوَّم ما لدى بعض الأبناء من مشكلات. ولكن ينسى المربى أن ليس المهم فى الغاية من غير التأكد من صحة الوسيلة. حيث إن الغاية لا تبرر الوسيلة.

والآن يسأل المربى نفسه هذا السؤال :

هل تحب أبناءك؟

ولكى يعرف المربى مدى حبه لأبنائه يمكن أن يقف مع نفسه وقفة أخرى بهذا الاستبيان التالى :

اختبر نفسك:

هل تعبر عن حبك لأبنائك؟

عزيزى ولى الأمر . اقرأ العبارات التالية واختر الإجابة التى تنطبق عليك . . فإن كنت موافقًا تمامًا على العبارة اختر الإجابة (نعم) وإذا كنت مترددًا اختر الإجابة (أحيانًا)، وإذا كنت غير موافق على العبارة اختر الإجابة (لا).

اختبر حبك لأبنائك

م	السلوك	نعم	أحيانا	لا
١	أقول لأبنائى: أنا أحبكم.			
٢	أصافح أبنائى عند خروجى من المنزل وعند عودتى			
٣	أناقش أبنائى فى مشكلات مرحلتهم (الحب، الشلة، الملابس)			
٤	أتجنب توبيخ الأبناء، خاصة أمام الغير(إخوته/أصدقائه/ أقاربه)			
٥	أحرص على الابتسام فى وجه أبنائى			
٦	أزيد من عباداتى وأورادى بنية صلاح الأبناء			
٧	أتجنب التصرفات غير اللائقة (داخل المنزل وخارجه)			
٨	أخاطب الأبناء بأحب الكلمات إلى نفوسهم			
٩	أحتفل مع الأبناء بمناسباتهم (النجاح/يوم الميلاد/..)			
١٠	أحرص على تقبيل أولادى وأحتضنهم			
١١	أحضر لأبنائى هدية- ولو بسيطة - فى المناسبات			

١٢	أشترى لأبنائى ما يناسبهم من ألعاب			
١٣	أمدح أبنائى عند إنجازهم بعض الأعمال			
١٤	أشارك أبنائى ألعابهم.			
١٥	لا أقارن بين أبنائى، مثل (أخوك أفضل منك)			
١٦	أحكى لأبنائى قصصا وحكايات مفيدة(خاصة قبل النوم)			
١٧	اصطحب أبنائى معى فيما يناسبهم من أعمال ومناسبات.			
١٨	أفى بالوعد مع الأبناء.			
١٩	أتناول وجبة يومياً مع الأبناء.			
٢٠	أخرج مع الأبناء فى نزهة أو رحلة بصورة شبه دورية			
٢١	أستشير الأبناء فى بعض الأمور			
٢٢	أقدر ما يبديه الأبناء من آراء			
٢٣	أستخدم عبارات الثناء والشكر فى التعامل مع الأبناء، مثل:(جزاك الله خيراً،لو سمحت، بارك الله فيك،.....)			
٢٤	أبدى اهتماماً بما يتعرض له الأبناء من مشكلات			
٢٥	أدعو الله أن يصلح أبنائى			

عزيزى ولى الأمر: اعرف نفسك : نعم (٢)، أحيانا (١)، لا (صفر).

إذا حصلت على (٤٠ - ٥٠) . . . . أنت على الطريق الصحيح فى بناء شخصية أبنائك، واشكر الله تعالى، واستمر.

إذا حصلت على (٢٥-٤٠) . . . . حاول إدخال بعض التعديلات على سلوكك لتقترب أكثر من البناء الصحيح لشخصية الأبناء.

إذا حصلت على (أقل من ٢٥) . . . . تحتاج إلى إعادة نظر فى تعاملك مع الأبناء، فأسرع قبل فوات الأوان.

إشباع حاجة الطفل فى اللهو واللعب:

يعد اللعب فى غاية الأهمية وخاصة للطفل، حيث يساهم فى تشكيل جزء كبير من شخصيته. وبالتالى فإشباع هذا الجانب من الأهمية القصوى فى بناء الشخصية. ويتم ذلك من خلال حرص المربى على:

- معرفة أهمية اللعب فى الطفولة.
- اختيار اللعب المناسب للطفل.
- الحرص على اللعب المتفق مع الميول.
- لا تظن أن التعليم المتواصل يغنى عن اللعب.
- استفد من فترات اللعب لتوجيه الطفل.
- غرس القيم باللعب.

لحظة من فضلك:

يعد إشباع احتياجات الطفل للعب من أهم دعائم بناء الشخصية ومن أهم مقومات بناء القدرات الوجدانية. حيث مع إشباع الطفل لاحتياجاته من اللعب تكون لديه فيما بعد المناعة التى تساعده على التحكم فى رغباته والقوة التى تساعده على إدارة ذاته.. فلا تنس هذا الجانب التربوى المهم.

إشباع حاجة الطفل فى الحرية والاستقلال:

يمكن للمربى المساهمة فى إشباع حاجات الطفل فى الحرية والاستقلال من خلال:

- الصبر على الأطفال ومتابعتهم فى تنفيذ الأوامر.
- التعامل بهدوء مع الطفل فى حالة غضبه.
- تسلط أحد المعلمين له تأثير سلبى على سلوك الطفل الاجتماعى.
- عدم شعور الولد بمراقبة المربى له الدائمة وتصيد الأخطاء له.

حسن استخدام مبدأ الثواب العقاب.

يعد العقاب من الوسائل التى يستخدمها المربى فى تقويم سلوكيات الأبناء، وإذا سألت المربى كيف تعالج خطأ الابن أو عدم ضبطه لذاته أو عدم احترامه للآخر؟ فيقول بالعقاب الشديد . . .

وعندما تسأله: هل كان يحقق معك نتائج؟

فيقول: بالطبع . . . يظل الطفل بعدها وقتًا طويلاً يتحكم فى نفسه وفى سلوكياته . . . .

وعندما تسأله: هل تعرف كيف يكون العقاب وسيلة تربوية؟ وفى الوقت نفسه، كيف لا نجعله وسيلة هدامة فى الشخصية؟

وهنا يقف المربى فى حيرة وكأنه يسمع مثل هذا الكلام لأول مرة . . .

وبالتالى يحتاج المربى أن ينتبه أثناء عقابه للطفل من خلال المبادئ التالية:

- أن يكون العقاب للموقف وليس للشخص.
- أن يتفق العقاب مع شخصية الطفل.
- ألا يكون العقاب مهينًا للذات.
- إظهار الاستياء لإصراره على العصيان.
- حرمانه من بعض الامتيازات.
- عدم المبالغة فى العقوبة على كل صغيرة وكبيرة.
- لا تعاقبه وقت الانفعال والغضب.
- العقاب للتعليم وليس للتعذيب.

ينبغى إدراك الآباء أن الطفل فى هذه المرحلة ليس لديه وعى كامل، أو معيار للقيم ثابت. ولذلك فإن سلوكه لا يتصف بأنه خلقى أو غير خلقى ولكنه لا تحكمه الأخلاق حيث لا يوجه سلوكياً أية معايير خلقية، لكن فى نهاية الأمر سيتعلم من والديه وبعد ذلك من مدرسيه ومن زملائه المبادئ الخلقية للجماعة وضرورة الامتثال لهذه المبادئ.

ويعد تعلم السلوك بطريقة مقبولة اجتماعياً عملية طويلة وبطيئة، وعلى الرغم من ذلك فأسسها توضع فى مرحلة المهد وبناء على هذه الأسس يبنى الطفل نماذج خلقية تحكم سلوكه كلما تقدم فى العمر فنجد الطفل يحكم بما هو صحيح أو خطأ فى ضوء علاقته باللذة أو الألم المشتق من الفعل أكثر من كونه حسنًا أو ضاراً للجماعة ولا يمكنه الحكم على السلوك فى ضوء مدى تأثيره على الآخرين، ولكن فى ضوء تأثيره عليه هو وذلك لذكائه المحدود فى هذه المرحلة، فأى فعل يدركه الطفل خطأ عندما يكون له تأثير سيئ عليه وليست لديه مشاعر بالذنب حيث تنقصه المعايير النهائية عن الصواب والخطأ فهو لا يشعر بالذنب عندما يأخذ ما يخص الآخرين، حيث لا توجد لديه معايير خاصة بحقوق الملكية.

ويعد الهدف من أى عملية تهذيب أن يتعلم الفرد ما هو صحيح وما هو خطأ وأن يرى أنه يسلك فى إطار ما يعرفه.

ويذكر جيزيل Geisel قائلاً: «تعد السنوات الخمس عشرة الأولى من حياته هى سنوات التهذيب وتنشئته فى حقيقتها عملية تعليم ليؤدى الأمور الصحيحة فى الوقت الصحيح فى المكان الصحيح وبصورة لها معنى»، ويجب أن يتعلم الطفل خلال سنوات المهد أن يقوم باستجابات محددة صحيحة لمواقف محددة فى المنزل وفى الجيرة، وأن الأفعال الخطأ خطأ باستمرار بصرف النظر عن المسئول عنها وإلا سيختلط الأمر عليه ولا يعرف ما هو متوقع منه.

والتهذيب القياسى المرتبط بالعقاب على الأفعال الخطأ أو لجعل الطفل سلسًا فى قياده خلال العام الثانى من عمرة خاصة عندما يكثر سلوكه الاستكشافى ورفضه تنفيذ رغبات الوالدين يجعل التعامل معه صعبًا عما كان عليه فى العام الأول، إننا يجب أن نعلم الطفل ما هو الخطأ قبل أن نعاقبه، وتعلم ذلك لا يتم بين يوم وليلة ولكن خلال مرحلة المهد كلها حيث يجب أن يكون التركيز على العنصر التعليمى فى عملية التهذيب فنعلم الطفل ما هو صحيح وما هو خطأ ونكافئه بالتقبيل والحب عندما يقوم بعمل صحيح لا أن نعاقبه، بل يجب ألا يكون هناك عقاب إلا على الأخطاء المقصودة،

وعندما يصر الطفل على القيام بالفعل الخطأ بعد أن تعلمه ألا يقوم به، بشرط ألا يؤدى العقاب إلى ضرر جسمى نفسى.

وقد يفترض عدم قدرة الطفل على فهم الكلمات المستخدمة فى إطراء الفعل الصحيح، ومع ذلك فكثير من الآباء يحجم عن إطراء الطفل وعلى الرغم من أن قلة من الأطفال لديهم محصول لغوى يمكنهم من فهم ما يقال فى إطرائهم فإنهم يمكنهم فهم تعبيرات الوجه المصاحبة للكلام، ولأن تعبيرات الوجه المصاحبة للإطراء سارة عن تعبيرات الوجه المصاحبة للتحقير أو أشكال العقاب الأخرى فهى تعد مصدراً لدفع الطفل إلى تكرار الفعل الذى تصحبه دائمًا ردود الفعل المرغوبة.

الحاجة للشعور بالثقة والقوة:

الحاجة للثقة عطية إلهية.. فكلنا يريد أن يشعر بالرضا والثقة ولعل هذا الشعور هو أحد علامات النضج العاطفى. إنه السلام الداخلى الذى ينبع من هذه المشاعر التى ترتبط بقدراتنا.. ولذا فإن علينا أن ننمى هذه المشاعر فى أطفالنا.

والبحث عن الثقة والقوة يمكن أن يصبح خطأ إذا ما قاد إلى الصراعات ومعارك القوة.. وأغلب الأطفال فى المرحلة المبكرة من حياتهم يعتقدون بأن عليهم أن يسيطروا على من هم حولهم حتى يشعروا بالأمان، وقد تستمر هذه الأحاسيس مع البعض فى الكبر فلا يشعرون بالأمن ما لم يكونوا فى موقع يتحكمون من خلاله فى الآخرين.

وقد تكون محاولة الطفل لكسر القواعد محاولة منه لإثبات قوته. لكن الحقيقة التى يجب ألا تغيب عن أذهاننا أن الطفل على المستوى العميق يحتاج لضوابط، وإن لم توجد هذه الحدود والضوابط فمن السهل ألا يشعر الطفل بالأمان.

ملحوظة مهمة:

الطفل يحتاج مع الحب الحزم، ومع الحنان الاحتواء.

تأثير عدم إشباع الحاجات على شخصية الأبناء:

إن عدم إشباع هذه الحاجات يؤدى لشعور الطفل بالظلم والحرمان وعدم الأمان والغضب والانفعال وعدم التوازن النفسى، وهذه المشاعر يمكن لها أن تتصعد لتصبح مشكلات مستعصية على الحل وقد تتحول إلى أمراض نفسية.

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم المراحل فى حياة الإنسان، ففى هذه المرحلة تنمو قدرات الطفل، وتتفتح مواهبه، ويكون قابلاً للتأثير والتوجيه والتشكيل.

ويؤكد علماء النفس أن الأسرة تكاد تكون الأداة الوحيدة، التى تعمل على تشكيل الطفل إبان حياته الأولى، فقد أثبتت الدراسات أن الطفل يكون بحاجة إلى أن ينمو فى كنف أسرة مستقرة، كما أثبتت حاجته إلى إخوة ينمون معه ويشاركونه حياته الأسرية، فالأم تحتضن الطفل فى مرحلة المهد، ومنها يستمد شعوره بالأمن.. وعن طريق الأب يمكن للطفل أن يشبع الكثير من حاجاته ورغباته، وأن ينال منه أيضًا العطف والتقدير والمحبة.

وتأتى المدرسة لتساعد الطفل فى اكتمال منظومة حاجاته، فتحتاج إلى معلم واعٍ ومتدرب على كيفية التعامل مع الطفل وإشباع حاجاته.

ومن هذا المنطلق يحتاج المربى أن يسأل نفسه عدة أسئلة كما يلى:

- هل تسعى دائمًا لفهم خصائص كل مرحلة تتعامل معها؟
- هل تحرص على معرفة كل احتياجات كل مرحلة؟
- هل تربى الأبناء على الثقة بالنفس؟
- هل تستخدم طرقًا مبتكرة فى التوجيه والإرشاد؟
- هل تعرف عيوبك الشخصية؟
- هل تتنازل عن حاجاتك فى مقابل إشباع حاجات الأطفال؟
- هل تستخدم طرق عقاب تتناسب مع طبيعة المرحلة؟
- هل تحرص على تنمية مهارات الأبناء حسب ميولهم؟
- هل تتعامل بأسلوب جيد مع ذوى الاحتياجات الخاصة؟
- هل تشبع حاجات الموهوب الخاصة؟

تأثير البيئة وإشباعاتها على شخصية الطفل مستقبلا:

إذا عاش الطفل فى جو من التشجيع، يتعلم الثقة بالنفس.

إذا عاش الطفل فى جو من التحمل، يتعلم الصبر . .

إذا عاش الطفل فى جو من المديح، يتعلم التقدير .

إذا عاش الطفل فى جو من الرضى، يتعلم المحبة .

إذا عاش الطفل فى جو من التقدير، يتعلم القناعة .

إذا عاش الطفل فى جو من المشاركة، يتعلم الكرم .

إذا عاش الطفل فى جو من النزاهة، يتعلم الصدق .

إذا عاش الطفل فى جو من الإنصاف، يتعلم العدل .

إذا عاش الطفل فى جو من الطيبة، يتعلم الاحترام .

إذا عاش الطفل فى جو من الأمان، يتعلم الاستقرار .

إذا عاش الطفل فى جو من الانتقاد، يتعلم الإدانة .

إذا عاش الطفل فى جو من العداوة، يتعلم العنف .

إذا عاش الطفل فى جو من الخوف، يتعلم القلق .

إذا عاش الطفل فى جو من الشفقة، يتعلم الانطواء .

إذا عاش الطفل فى جو من السخرية، يتعلم الخجل .

إذا عاش الطفل فى جو من الغيرة، يتعلم الحسد .

إذا عاش الطفل فى جو من العار، يتعلم الشعور بالذنب .

اختبر نفسك:

هل يوجد لديك ذكاء وجدانى فى بنائك لشخصية أبنائك؟

فيما يلى مجموعة من العبارات إذا كانت العبارة تنطبق عليك تمامًا فضع علامة تحت الاختيار (نعم). وإن كانت لا تنطبق عليك فضع علامة تحت الاختيار (لا). وإن كنت مترددًا فى الاختيار فضع علامة تحت الاختيار (أحيانًا).

العبارة	نعم	لا	أحيانا
- أنا أعرف نفسي عندما يسيطر عليَّ الغضب أو أصبح عدوانياً.			
- عندما أتعامل مع الناس الغاضبين أحتفظ بهدوئي وتوجهي نحو هدفي.			
- أكون مسروراً، وأستمتع بالعمل مع أفكار جديدة			
- أتابع المهام المحددة لي، وأدعم الآخرين وأقوى الثقة بيننا.			
- أواصل العمل بالمشاريع بكل هدوء رغم وجود العقبات والمشاكل.			
- أستعمل التفكير الإيجابي حتى مع وجود خلاف أو أوضاع صعبة.			
- أستطيع أن أحس وأنظر للأمور من وجهة أخرى.			
- أستمع لأراء الأبناء قبل اتخاذي لأي قرار أو إجراء.			
- عند اتصالي مع الأبناء أساعدهم على البقاء بحال جيدة.			
- أشجع الحوار باحترام وأمانة وصدق ,لحل كافة المشاكل.			
- أساعد الناس المختلفين في وجهات النظر للوصول الى اتفاق.			
- عندما أقوم بأية تغييرات أضع في اعتباري مشاعر الأبناء.			
- أحس بنفسي عندما أبدأ بالتفكير بطريقة سلبية.			
- أمارس الوسائل التي تجنبني الارهاق لأبقى هادئا وبصحة جيدة.			
- لدي روح مرحة تحب الفكاهة والنكتة.			

قيِّم نفسك:

إذا كان اختيارك للإجابة (نعم) تحصل على درجتين . وإن كان اختيارك للإجابة (لا) . فلا تحصل على شيء . وإن كان اختيارك للإحابة (أحيانًا) تحصل على درجة واحدة .

وبعدها قم بتجميع الدرجات الكلية . . .

وحدد مستواك فى استخدام الذكاء الوجدانى فى التعامل مع الأبناء:

إذا كانت درجاتك بين (٢٥ - ٣٠) أنت صاحب قدرات وجدانية عالية ويمكن أن تكون مؤهلاً للتعامل مع الأبناء بأسلوب جيد .

وإذا كانت درجاتك بين(١٥- ٢٥) فأنت صاحب قدرات وجدانية متوسطة وتحتاج إلى تعديل بعض الصفات والتدريب على مهارات وجدانية حتى تؤدى مهمتك بنجاح .

وإذا كانت درجاتك أقل من (١٥) درجة فاعلم أنه توجد مشكلات عندك فى إدارتك لعواطفك فاسعَ إلى تغييرها وتعديلها حتى تكون كفئًا لأداء مهمتك فى تنمية القدرات الوجدانية عند الأبناء .



تنمية مساعدة الذات منذ الصغر

- تمهيد.
- أنشطة لتنمية مساعدة الذات عند الطفل من (٢-٣) سنوات.
- أنشطة لتنمية مساعدة الذات عند الطفل من (٣-٤) سنوات.
- أنشطة لتنمية مساعدة الذات عند الطفل من (٤-٥) سنوات.
- أنشطة لتنمية مساعدة الذات عند الطفل من (٥-٦) سنوات.
- تنمية مساعدة الذات فى المرحلة الابتدائية.
- تنمية مساعدة الذات فى المرحلة الاعدادية.
- تنمية مساعدة الذات فى المرحلة الثانوية.
- تقييم ذاتى.

تمهيد:

تحتاج تنمية قدرات الأبناء الوجدانية إلى تنمية قدراتهم على مساعدتهم لذاتهم. فلا يمكن أن يكون الشخص لديه قدرة على إدارة ذاته من غير أن يكون لديه قدرة على مساعدة ذاته أو الشعور بالاستقلالية في بعض الأوقات.

وفيما يلي بعض الأنشطة التي يمكن أن يستخدمها المربي في تنمية مساعدة الذات عند الأبناء:

- أنشطة لتنمية مساعدة الذات عند الطفل من (٢ - ٣) سنوات:

فيما يلي أنشطة مقترحة يمكن أن يمارسها المربي في هذه السن بهدف تنمية مساعدة الذات عند الطفل:

١- يطعم نفسه باستخدام الملعقة والكوب، فما عليك إلا أن تضع كميات قليلة من الطعام في الطبق وكميات قليلة من السائل في الكوب لتسهيل المهمة على الطفل. ويمكنك أن تترك الطفل يأكل مع بقية الأسرة ليشاهدهم ويقلدهم، وشجع الطفل أثناء تناول الطعام بنفسه. وأثنِ على مجهوداته، ووفر له جواً سعيداً وهادئاً.

٢- أثناء الاستحمام أو الاغتسال، علم الطفل كيفية أخذ الفوطة ومسح يديه ووجهه مع إرشاد يديه، وإعطائه التوجيهات كلما احتاج بتجفيف وجهه ويديه. ودع الطفل يقلدك عندما تقوم، وأثن على الطفل في كل محاولة لتجفيف نفسه بغض النظر عن مدى إتقانه. مع الحرص على التشجيع والمدح الدائم على أدائه للأعمال الإيجابية، حتى لا يشعر الطفل بأن المحيطين به يبالغون دائمًا معه في النقد المتتابع.

٣- امدح الطفل لعدم وضعه اللعب في فمه. وأثناء تناول الأكل ضع أمام الطفل الطعام وشيئًا غير صالح للأكل، واسأل الطفل أيهما الذي يؤكل؟ وأثنِ على الطفل لإجابته الصحيحة واتركه يأكل الطعام.

٤- العب لعبة مع الطفل وذلك باستخدام صوراً لأشياء تؤكل وأخرى لا تؤكل، واطلب من الطفل أن يشير إلى الشيء الذى يأكله، واجعل ذلك ممتعًا بأن تقول: « هم ... هم » وتظاهر بأنك تأكل الطعام، بعد ذلك اطلب من الطفل أن يشير إلى شيء لا نأكله عندما يشير الطفل إلى شيء لا يؤكل قل: له « محمد ... هذا الشيء لا نأكله»، ويمكنك أن تجعل الطفل يضع الصور فى مجموعتين: مجموعة بها الأشياء التى نأكلها ومجموعة بها الأشياء التى لا نأكلها.

٥- عندما تتعرف على مواعيد الطفل المعتادة لقضاء الحاجة راقب الوقت بعناية، واسأل الطفل: إذا كان يريد الذهاب إلى الحمام، فإن تلك التذكرة تساعده على تجنب البلل.

٦- تجاهل حوادث البلل (لا تلق لها بالاً) واسمح للطفل أن يقوم بالجزء الأكبر فى عملية تغيير الملابس المبتلة أو المتسخة.

٧- عند اللعب بالعرائس. . شجع الطفل على أن يلبس الحذاء للعروسة ويخلعه.

٨- ضع فرشاة الأسنان الخاصة بالطفل والمعجون فى مكان خاص به. واغسل أسنانك فى نفس الوقت الذى يقوم فيه الطفل بذلك حتى يقلد حركاتك، وأثن على الطفل لمجهوداته. ودع الطفل يشاهد نفسه فى المرآة أثناء قيامه بغسل أسنانه. وفى البداية ضع يدك على يد الطفل وحركها لأعلى وأسفل، واستمر فى إعطائه التعليمات اللفظية على الأقل حتى يستطيع الطفل غسل أسنانه بالفرشاة بتقليدك.

٩- أثناء اللعب استخدم أنواعًا مختلفة من الملابس يستطيع الطفل أن يقوم بلبسها وخلعها بمفرده. ويمكنك استخدام العروسة لإلباسها وخلع الملابس عنها أثناء لعبة ارتداء الملابس وخلعها.

١٠- اترك الطفل يخلع ملابس العروسة ثم ملابسه عند الاستحمام. مع التشجيع والتحفيز حتى يواصل تقديم مهاراته فى مساعدة نفسه فى تغيير ملابسه.

١١- أعط الطفل الفرصة لممارسة مهارة خلع الملابس أثناء المواقف الطبيعية للحياة اليومية مثل الاستحمام، قبل النوم، خلع المعطف عند العودة للمنزل ... إلخ.

١٢- لا تتوقع من الطفل أن يخلع ملابسه بنفسه كلية فى البداية، فابدأ بشىء واحد أو اثنين، وعندما يتقن ذلك أضف شيئًا آخر.

١٣- ربما تحتاج إلى تقديم المساعدة الجسمانية للطفل فى البداية بالإضافة إلى التوجيهات اللفظية. وكلما بدأ فى التحكم فى قطعة الملابس قلل من مساعدتك بالتدريج.

١٤- قم بإلباس الطفل معظم الشراب، فضع يديك فوق يديه وساعده على رفع الشراب، وكافئ الطفل على مجهوداته، وقلل مساعدتك له حتى يستطيع لبس الشراب بنفسه. مع التأكد من أن الشراب واسع وليس ضيقًا، أو من خامة تكون صعبة التحكم، فيشعر الطفل بخيبة أمل فيحبط من التعود على مساعدة ذاته[1].

علامات صاحب الذكاء الوجدانى:

الطفل المميز من الناحية الوجدانية	الطفل الطبيعى أو الضعيف
- يتعلم بسرعة.	- لا يكرر الخطأ.
- يصر على الاعتماد على نفسه.	- يبكى إذا لم يترك له الفرصة فى عمل الأشياء بنفسه. - يكرر الخطأ أكثر من مرة.
- يكون سعيدًا من خلال استقلاله فى بعض الأعمال أو المهام.	- لا يتعلم سريعًا.
- يحب أن نساعده فى كل شىء.	- لا يبادر بفعل أشياء جديدة.
- لا يهتم بالنقد الموجه له على إهماله.	- يخاف من عمل الأشياء بمفرده.

تنمية مساعدة الذات عند الطفل من (٣-٤) سنوات:

فيما يلى مجموعة أنشطة مقترحة يمكن أن يمارسها المربى مع الطفل فى هذا السن **بهدف تنمية مساعدة الذات عند الطفل:**

١- شجع الطفل على الأكل بمفرده. وأعطه اهتمامًا زائدًا عندما يقوم بذلك بنفسه، ولا تلُمْه حين يرفض تناول الطعام إذا لم يطعم نفسه فشجعه على عمل ذلك وساعده

(١) كيف تصنع عبقرية طفلك؟ : د/ سعد رياض، اقرأ للنشر والتوزيع، القاهرة.

جسمانياً إذا لزم الأمر. وأعط الطفل كميات صغيرة من الطعام بدلاً من الكميات الكبيرة واتركه يطلب المزيد إذا أراد. وضع هدية صغيرة (كصورة أو ملصق) تحت طبق الطفل وأخبره أنه يستطيع الحصول عليها إذا ما أنهى وجبته.

٢- عند تعليمه ارتداء الملابس فضع قميص الطفل فوق رأسه وتابع الإمساك به حتى يدخل الطفل ذراعيه ثم شد القميص إلى أسفل.

٣- ضع المناديل في مكان يستطيع الطفل الوصول إليه، وجِّه نظر الطفل عندما يحتاج إلى منديل، وأثنِ عليه إذا ما مسح أنفه وعندما يرمي المنديل في القمامة. وأرى الطفل كيف يمسح أنفه دعه يقلدك. وأثنِ عليه عندما يقوم بمسح أنفه عندما تذكره. وخصص له منديلاً خاصاً لاستخدامه.

٤- اسأل الطفل إذا كان قد ذهب إلى الحمام قبل نومه. إذا لم يكن قد فعل خذه أو ذكره أن يذهب بنفسه.

٥- اسمح للطفل أن يلبس نفسه حتى إذا أخذ وقتًا أطول امدحه على إنجازاته. وتابع تشجيعه على إلباس العرائس وتحدث معه عن الملابس التي يلبسها في البيت أو أثناء النوم أو الخروج أو في الجو الممطر. مع العلم أن الطفل يستمتع بمشاركة الأم أو الأب معه في الحوار فيساعده ذلك على التدريب وتحمل صعاب الاعتماد على النفس.

٦- اسمح للطفل باختيار ما يرتديه بإعطائه اختيارات: «هل تحب أن تلبس الفانلة الحمراء أو الزرقاء؟». فإن الموافقة على ما اختاره الطفل عامل مساعد له على القدرة على اتخاذ القرار، وبعدها تتحسن لديه القدرة على مساعدة الذات.

٧- ضع شماعة خطافية للطفل حتى يعلق عليها ملابسه. فإن ذلك يكون أسهل على الأطفال الصغار عن الشماعة العادية. وشجع الطفل ليعلق البالطو عندما يأتي من الخارج. امدح كل محاولاته. ومع تذكر أن الطفل ما زال يحتاج إلى تذكير ويفضل أن يكون ذلك مصحوبًا بابتسامة من المربي.

٨- دع الطفل يختار فرشاة أسنانه عند شرائها إذا كان ذلك ممكنًا. واستخدم فرشاة صغيرة، واترك الطفل يمسكها تحت المياه. لا تستخدم معجون الأسنان فى البداية ثم ضع كميه قليلة منه بعد ذلك.

٩- أثناء محاولات الطفل للبس أثناء اليوم أرشده إلى تناول القميص بإصبعه باستخدام الإبهام والسبابة مع وضع إبهامه فى فتحتى الزرار عبر العروة. وعندما يكون معظم الزرار داخل العروة ساعد الطفل ليمسك الزرار بيده واجعله يجذب الزرار خلال العروة. وامدح الطفل على عمله. ويمكنك استخدام عروسة لكى تجعل هذا النشاط أكثر متعة.

١٠- الحرص على تدوين عدد المرات يومياً والتى استطاع الطفل أن يساعد فيها نفسه أو يقوم بنشاط مستقل أو يتعلم خبرة جديدة تؤهله على اتخاذ القرار.

تنمية مساعدة الذات عند الطفل من (٤-٥) سنوات:

فيما يلى أنشطة مقترحة يمكن أن يمارسها المربى مع الطفل فى هذه السن بهدف تنمية مساعدة الذات عند الطفل:

١- بعد أن يقوم الطفل بالرسم أو اللعب بالألوان اطلب منه أن يقوم بإحضار قطعة القماش أو الإسفنج لمسح المائدة.

٢- استخدم الملابس ذات الأزرار الأمامية، وآثن على الطفل لمحاولاته فى فك الأزرار. وألبس الطفل ملابس ذات أزرار كبيرة، ودعه يتمرن على فك الأزرار، وقلل حجم الأزرار تدريجياً، وأعطه مساعدة لفظية وجسمية إذا لزم الأمر.

٣- فى البداية قم بفك جميع الأزرار ما عدا واحداً دعه للطفل ليفكه، وزد عدد الأزرار التى يقوم الطفل بفكها تدريجياً فى كل محاولة.

٤- قم بفك الأزرار جزئياً، ودع الطفل ينهى المهمة، وأعطه مساعدة لفظية إذا لزم الأمر، وقلل من حجم المساعدة التى تقوم بها تدرجياً، وقم بأداء جزء أصغر من المهمة (فك الأزرار) حتى يستطيع الطفل فكها بنفسه. وعندما يتقن الطفل هذه العملية اجعلها مسئوليته عند خلع الملابس، أثنِ على كونه مستقلاً أو معتمداً على نفسه فى القيام بهذه المهمة.

٥- درب الطفل كيف يتم تنظيف الأطباق وبقايا الطعام. واحرص على أن يقوم أفراد الأسرة بنفس المهمة حتى يقلدهم الطفل. واجعل ذلك مهمة يومية لباقى أفراد الأسرة. وأثنِ على الطفل لمساعدتهم.

٦- استغل فرصة قيام الطفل بلبس ملابس الخروج للتدريب على هذه المهارة. فأر الطفل كيفية دخول السوسته فى المكان المناسب لها. وأمسك طرف السوستة بينما يقوم الطفل بإدخال الطرف الآخر بها ويشدها إلى أعلى، وامدح مجهودات الطفل.

٧- كن نموذجًا يحتذى به الطفل أثناء الطعام باستخدام الأدوات المناسبة واشرح له لماذا تستخدم هذه الأدوات دون غيرها. وقبل تناول الطعام اسأل الطفل عن نوع الأدوات المستخدمة مع كل طعام اتركه يخبرك إذا استطاع.

٨- شجعه على ارتداء ملابسه بنفسه، وأثن عليه على إنجازه. واجعل لبس الملابس مهمة يومية بالنسبة إليه، وأعطه وقتًا كافيًا لارتداء ملابسه بنفسه. وانتهز أوقات اللبس اليومية كلها لممارسة تلك المهارة (مثل بعد الاستحمام بعد الاستيقاظ عند الخروج).

٩- يساعد فى إعداد المائدة بوضع الأطباق والفوط والأدوات الأخرى فى أماكنها الصحيحة بمساعدة تلميحات شفهية.

١٠- ساعد الطفل أن يجعل غسل أسنانه يومياً بأخذه معك فى الموعد الذى تغسل فيه أسنانك واجعله يغسل أسنانه.

١١- يتعود الطفل أن يذهب للحمام فى الوقت المناسب ويخلع ملابسه وينظف نفسه ويسحب السيفون ويرتدى ملابسه دون مساعدة. ويمكن أن تعلم الطفل كيف ينظف نفسه عقب التبول أو التبرز، وشجعه على أن يقوم بذلك بنفسه، واسحب مساعدتك وتعليماتك تدريجياً. ودعه يقوم بتلك المهام من تلقاء نفسه. واثنى على الطفل لكونه أصبح كبيراً عندما ينظف نفسه عقب الحمام ويسحب السيفون. ويمكن أن تلصق بعض الصور على حائط الحمام لتساعد الطفل على تذكر م يجب أن يقوم به (كتنظيف نفسه وسحب السيفون وإطفاء النور).

١٢- دع الطفل يراقبك أثناء تمشيطك لشعرك. وجه يديه وأعطه النصائح أثناء مشاهدته لنفسه في المرآة وهو يمشط شعره. وأعط للطفل فرشاة ومشطًا خاصين به. وأثنِ عليه لمظهره الجميل. وإذا قام الطفل بتمشيط شعره جيدًا اسمح له أن يختار ما يريده من أشياء يرغبها (فيونكة أو توكه للبنات وكريم شعر أو رائحة ذكية للأولاد).

١٣- وفر للطفل شماعات صغيرة تناسب ملابسه. واستخدم شماعات مغطاة حتى تلصق بها الملابس. وأرِ الطفل كيف يقوم بتعليق ملابسه وأعطه مساعدة لفظية وجسمانية إذا لزم الأمر.

١٤- تدريب الطفل على أن يذهب إلى منزل أحد الجيران أو الأصدقاء دون مراقبة مستمرة.

١٥- يمكن أن تقوم بمنافسة بينك وبين الطفل فى أفضل واحد يأكل كل طعامه بمفرده، ويكون نظيفًا، ولا يقع منه شيء. ويمكن أن تكون المنافسة بين الأطفال المتقاربين فى السن حتى لا يكون بينهم فروق فردية فى الأداء فتُحدث إحباطًا لدى البعض.

تنمية مساعدات الذات عند الطفل من (٥-٦) سنوات:

فيما يلى مجموعة من الأنشطة المقترحة، التى يمكن أن يمارسها المربى مع الطفل فى هذه السن بهدف تنمية مساعدة الذات عند الطفل:

١- يتدرب الطفل على أن يكون مسئولاً عن أحد المهام المنزلية الأسبوعية ويعمله عندما يطلب منه.

٢- يمكن أن تختار مهمة يستطيع الطفل إنجازها بسهولة (مسح الأتربة - ترتيب الكتب أو اللُّعب). أو دع الطفل يختار المهمة التى يريد القيام بها هذا الأسبوع. وأثنِ عليه للقيام بالمهمة.

٣- يتدرب الطفل على أن يتوقف على الرصيف وينظر فى كلا الاتجاهين ويعبر الشارع دون تذكيره بذلك.

٤- يتدرب الطفل على أن يجهز الطعام لنفسه على مائدة، ويمرر طبق التقديم للآخرين.

٥- يتدرب الطفل على أن يكون مسئولاً عن إحدى المهام المنزلية اليومية (ترتيب المائدة أو إخراج القمامة مثلاً).

٦- يتعلم الطفل أن يجهز الساندويتش الخاص به. حيث تضع الأشياء التى قد يحتاجها الطفل فى أماكن يسهل الوصول إليها. واستخدم سكين مائدة مشرشرة ليست حادة لدرجة الخطر. ودع الطفل يقوم بتقليد الخطوات أولاً ثم يقوم بعمل الساندويتش بمفرده.

٧- أثناء اللعب تظاهر باللعب مع الطفل لعبة حفلة الشاى أو لعبة الأسرة، فاستخدم كرتونة لبن فارغة أغلقها واسأل الطفل أن يفتحها، وعندما يتقن هذه العملية استخدم كرتونة مملوءة ومغلقة. وأثناء الوجبات انتهز فرصة وجود كرتونة لبن مغلقة واترك الطفل يحاول فتحها. وابدأ بفتح الكرتونة للطفل ثم اتركه ينهى فتحها، وقلل المساعدة تدريجياً حتى يستطيع الطفل فتح الكرتونة بنفسه.

٨- أثناء اللعب تظاهر بأنكم فى كافتيريا واستخدم صينية فارغة (بدون طعام) فى البداية. واطلب من الطفل أن يحملها ويضعها على المائدة، وعندما يتمرن الطفل على ذلك ضع أشياء أو بعض الطعام على الصينية (فى البداية ولا تستخدم فى السوائل حتى لا تنسكب من الصينية) وتابع التمرين. وأثنِ على الطفل لكونه أصبح ولدًا كبيرًا أو بنتًا كبيرة. وفى البداية دع الطفل يحمل الصينية لمسافة قصيرة جداً، وبالتدريج زد المسافة والعوائق التى يجب على الطفل تفاديها.

٩- أرِ الطفل كيف يربط حزام المقعد فى السيارة. أرشد الطفل بالكلمات أثناء قيامه بربط الحزام. وأرشد يد الطفل خلال حركة ربط حزام المقعد. وقلل من مساعدتك له بالتدريج. ولا تقم بعمل المهام بدلاً من الطفل عندما يكون قادراً، وانتظر ولا تدر السيارة حتى ينتهى الطفل من ربط حزام مقعده.

١٠- ولزيادة وعى الطفل حول أهمية الاشتراك الاجتماعى، وكيف يكون التعامل مع الآخرين، فيحتاج الطفل فى هذه السن إلى عدة قصص وحكايات تساعده على معرفة أهمية الآخرين له، وأنهم من الوسائل الأساسية فى تحقيق السعادة والسرور. وفيما يلى نموذج من هذه القصص التى تساعد المربى على غرس هذه القيمة.

تنمية مساعدة الذات فى المرحلة الابتدائية:

الابن فى هذه المرحلة ما زال طفلاً يحتاج ما يحتاج إليه الأطفال، وبالرغم من أننا نعلمه الاعتماد على النفس والشعور بالاستقلالية. ولكن لا ننسى أنه ما زال طفلاً يحتاج إلى اللعب ويحتاج إلى الصبر فى التعامل مع أخطائه ويحتاج إلى الحب. وينبغى أن يتجنب الآباء فى التعامل مع هذه المرحلة الأخطاء التالية:

أولاً: القسوة والنبذ:

تؤدى التربية القاسية إلى كراهية الأبناء للآباء، والشعور بالذنب، وتوليد الرغبة فى الانتقام فى نفس الطفل.

ثانيًا: التراضى والإسراف فى التدليل:

ومنها عدم تدريب الطفل على الالتزام بالقيم وتلبية كل حاجاته، وهذا يؤدى إلى شخصية رخوة تضيق بأهون المشكلات، ولا تطيق مواجهة الصعاب.

ثالثًا: التذبذب فى معاملة الأطفال:

كأن نمتدح الطفل على شىء اليوم ونعاقبه عليه غداً. ويؤدى ذلك إلى اختلاف معايير الاستواء والانحراف فى نفس الطفل، فلا يعرف هل هذا السلوك صحيحٌ أم خطأ ويفقد الثقة فى والديه.

رابعًا: الصراع المستمر بين الوالدين:

هذا الصراع يجعل الطفل يعيش فى جو من القلق، وانعدام الأمن، ويعطى الطفل فكرة سيئة عن الأسرة والحياة الزوجية ما ينعكس على حياته الأسرية، ومعاملته الزوجية لزوجته، وأولاده مستقبلاً.

خامسًا: التلهف والقلق المفرط على الأطفال:

وهذا يحرم الطفل من اللعب مع رفاقه، أو الخروج من المنزل، وكذلك المغالاة فى إعطاء الطفل أدوية للوقاية من الأمراض، كل ذلك يسهم فى إيجاد شخصية قلقة منطوية غير اجتماعية، لعدم ترك الطفل على الطبيعة يؤثر ويتأثر ويكتسب المناعة الطبيعية ضد الأمراض الجسمانية والاجتماعية والإنسانية.

تنمية مساعدة الذات فى المرحلة الإعدادية:

تعد هذه المرحلة مرحلة انتقالية بين الطفولة والمراهقة، وبالتالى تحتاج إلى حكمة وصبر، حتى نعود الأبناء على الاستقلالية، وينبغى أن نحترم ذاتهم التى تكون فيما بعد نواة لتكوين شخصية نافعة لنفسها ولدينها ولوطنها.

ولذلك ينبغى على الآباء تجنب بعض الأخطاء التربوية التى تحدث فى هذه المرحلة ومنها:

- تضخيم أخطاء الأبناء، واعتبار الصغيرة كبيرة، وكأنّ الخطأ الذى يرتكبه الابن أو البنت لا يُغتفر، أو لا يمكن إصلاحه، حتى أنّ البعض من الآباء أو الأمّهات، ونتيجة لصبرهم المحدود والنافد سريعًا، يشتكون من بعض تصرّفات أبنائهم بالقول: لقد تغيّروا.. لم يعودوا يطيعوننا.. هم الآن غيرهم بالأمس.. لا جدوى من صلاحهم، فى حين أنّ بالإمكان معالجة الكثير من تلك التى تُسمّى مشكلات بكثير من المحبّة والتفاهم والحكمة والصّبر.
- ومن الأخطاء أيضًا، أن بعض الآباء يتعاملون مع أبنائهم وبناتهم كأطفال صغار لم يشبّوا عن الطوق، ولم يبلغوا الحلم، وما زالوا دون سنّ الرُّشد، ممّا يُبرِّر لهم فرض وصايتهم عليهم حتى وهم كبار، الأمر الذى يخلق حالة من النفور والعصبية عند بعض الشبّان والشابّات الذين يتطلّعون إلى تعامل فيه الكثير من الرحمة والتقدير والاحترام لشخصياتهم التى غادرت دنيا الصغار إلى دنيا الكبار. فما زال الكثير من الآباء والأمّهات حتى بعد بلوغ أبنائهم وبناتهم سنّ الشباب، يوصونهم عندما يخرجون إلى معاهدهم أو أماكن عملهم، أن ينتبهوا لئلاّ تدهسهم السيارة، وإلى

غير ذلك من الوصايا التى كانت صالحة فى الطفولة ولم تعد مُناسبَة بعدما اعتاد الشاب أو الشابّة على مراقبة الطريق ومعرفة الكثير ممّا شاكلها.

- ومن الأخطاء أيضًا أن نفرض على أبنائنا صيغة معيّنة من الكلمات أو التصرفات التى نحبّها ولا يحبّونها، ذلك أنّ الشاب أو الشابّة شخصية مستقلّة لها رأيها وذوقها ورغبتها فى عمل معيّن وكراهيّتها لعمل آخر، وللوالدين الحقّ فى أن يناقشاه فى اختياره، وليس لهما أن يجبراه على خيار معيّن.

- ومن الأخطاء الجسيمة التى يرتكبها الوالدان، التمييز العاطفى والمادّى بين الأبناء أنفسهم، أو بين الأبناء وبين البنات، الأمر الذى يخلق فجوة نفسية بين الذين يقع عليهم التمييز وبين المميّزين، وبين الذين يشعرون بحيف التمييز وبين الوالدين. فقد يخصّ الأبوان أحد الأبناء بالعطف والمحبّة والهدايا والإشادة بصفاته ونشاطاته، ويهملون الآخرين أو لا يوزّعون ذلك بالتساوى بينهم.

وبالتالى تعد هذه الأخطاء السابقة من أعداء تكوين شخصية مستقلة، وكل هذا من معوقات تنمية القدرات الوجدانية.

تنمية مساعدة الذات عند الابن فى المرحلة الثانوية:

مع دخول الابن هذه المرحلة يحتاج أن يشعر بأنّ هناك نقلة نوعية فى حياة الشاب يتحوّل فيها إلى (مُستشار) لوالديه، يتشاور ويتحاور معهما ويُبادلهما الرأى، فلقد باتَ من حقّه أن يبدى رأيه ـ صحيحًا كان أم خطأ- ولا بدّ أن يُحترَم رأيه فى الحالين بأن يُثنى على صحّة رأيه وأن يُنبّه إلى خطئه بأسلوب مناسب.

فلا شىء أكثر تأثيراً فى تربية الأبناء والبنات من حق إبداء الرأى واحترام الشخصية. والتى تنطوى على المشاورة والمعاونة والتعاطى الاجتماعى على النحو الذى يرتفع بالشاب من مستوى طفل مسيّر ومأمور وربّما سلبى، إلى شخصية إيجابية مساهمة وفعّالة.

ويمكن إعداد صيغة تتناسب وطبيعة كل عائلة، فقد يكون المجلس العائلى ندوة مفتوحة للمناقشة فى شئون المنزل. وقد يكون فيه تعيين أو انتخاب للإدارة والتصويت

على بعض الآراء وتثبيت محضر بالجلسة لتدوين القرارات والتوصيات ومتابعتها في الجلسة القادمة.

ولسنا نتوقّف كثيراً عند الشكل، فأيّة صيغة اعتُمدت فإنّ الهدف يجب أن يكون تقوية أواصر المحبّة والتعاون والتفاهم بين أفراد الأسرة. ففي هذا المجلس يمكن إنضاج الكثير من الأفكار التي تدور في ذهن الوالدين أو ذهن الأبناء بالحوار الهادئ والمناقشة التي يسودها الحبّ والتفاهم والإقناع وتقديم المقترحات والحلول للمشكلات التي تواجه بعض أفراد العائلة أو الأسرة ككل.

أمّا ما يمكن أن نجنيه من هذه الشورى أو في هذا المجلس فيتلخص فيما يلي:

١ ـ تتحوّل الأسرة من مجرّد تجمّع كمّي إلى مكان يتبادل فيه الجميع الخبرات والتصوّرات والآراء.

٢ ـ تحقّق قدراً لا بأس به من الشعور بالمسئولية الجماعية التضامنية، وسيكون شعار كلّ فرد فيها: «إدارة البيت وسعادته مسئوليتنا جميعًا».

٣ ـ ستكون عملية توزيع المهام والتكاليف وتقسيم الأعمال والوظائف مهمّة سهلة ومقبولة من لدُن الجميع الذين يشعرون أنّ الفرص تتكافأ أمامهم.

٤ ـ ما يجري من حوار ونقاش واحترام للرأي وللرأي الآخر، هو عملية إعداد وتأهيل للمستقبل الذي سيخرج أبناء وبنات هذا البيت الذي يعتمد أسلوب الحوار ليواجهوا الحياة بثقة أكبر، وسيتعلّمون كيف يُخطّطون، وكيف يواجهون مشاكلهم، بل ويمتدّ أثرها إلى مستقبل تربيتهم لأبنائهم.

٥ ـ من شأن هذه المجالس أن تُذيب الفواصل والاحتكاكات، بل وتعكس الصورة إلى التوافق والانسجام والتَجانس بما توفّره من أجواء التدريب على النقد الذاتي والاجتماعي.

لكنّ المشروع على ما ينطوي عليه من سهولة في الطرح والتصوّر إلاّ أنّه عملي ويحتاج إلى فترة زمنية كافية حتى يؤتي ثماره الطيِّبة، كما يحتاج إلى شروط إنجاح، فلا بدّ للأب كمدير للجلسة أو المجلس أن يتوفر لديه ما يلي:

١ ـ أن يكون قادراً على ترجيح كفّة (الحاجات) الأساسية على (الرغبات) العابرة، أى أن تكون له القدرة على تقدير الأولويات .

٢ ـ أن يكون مُلمّاً بتطوّر العصر وإيقاعه والظروف المتغيِّرة، لأنه يتعامل مع جيل جديد خُلِقَ لزمان غير زمانه، وأن تكون لديه قدرة على الإقناع، واستعداد للاقتناع .

٣ ـ أن يكون مثقّفًا بالثقافة الشرعية والحدود التى يميِّز فيها بين حلال المسائل وحرامها .

٤ ـ أن يكون منفتحًا فى تقبّل جميع الآراء حتى تلك التى تبدو مُزعجة أو غير معقولة، وأن يناقشها مع باقى أفراد الأسرة بالحكمة والموعظة الحسنة، وأن يبدى المشورة والنّصح لمن يحتاجهما، وأن يفضّ النزاع بين الإخوة كحكم عدل .

٥ ـ أن يتمتّع بصفة حسن الإصغاء للجميع وعدم المقاطعة كونه مديراً للجلسة، وأن يعطى الحقّ فى الكلام للجميع، ويعطى حقّ الردّ والدفاع لمن يريد أن يُدافع عن وجهة نظره، أو عن اتهام وُجِّه إليه، كما أنّ الهدوء وإيضاح بعض الآراء التى قد لا يحسن الأبناء تقديمها، واختيار طبقة الصوت المشفوعة بالحبّ والإخلاص والعطف . . كل ذلك من متطلّبات نجاح هذه المجالس .

تقييم ذاتى :

يحتاج ولى الأمر أن يسأل نفسة عدة أسئلة ويحاول أن يجيب عنها، وإن لم يجد إجابة واضحه عليه البحث عنها فى الفصول السابقة .

- هل تعرف معنى الذكاء الوجدانى؟
- هل تعرف أهمية تنمية الذكاء الوجدانى؟
- هل تعتقد أنك تملك مقومات الذكاء الوجدانى؟
- هل تستخدم طرقًا جيدة فى بناء شخصية أبنائك؟
- هل تحرص على تجديد الوسائل فى التعامل مع الأبناء؟
- هل تحرص على تدريب الأبناء على الاستقلالية؟
- هل تستخدم برامج متدرجة فى تنمية مساعدة الذات عند الأبناء؟

تنمية الذكاء الوجدانى والقدرات العاطفية

- تمهيد.
- عناصر الذكاء العاطفى.
- كيف تعمل العاطفة فى الجسد؟
- مستوى ذكاء طفلك العاطفى.
- كيفية تعليم الذكاء العاطفى.
- دور الآباء فى تنمية القدرات الوجدانية.
- نموذج متميز.
- مراحل تنمية الذكاء العاطفى لدى الأبناء.
- دور الأهل فى تنمية القدرات الوجدانية.
- تطور القدرات الفرعية للذكاء الوجدانى.
- أهمية العلاقة بين الوالدين والأبناء فى تدعيم القدرات الوجدانية.
- البعد النمائى للذكاء الوجدانى.
- كيف ننمى مفهوم ذات إيجابى لدى الطفل؟
- الفروق بين الشرائح المختلفة فى الذكاء الوجدانى.
- نصائح عامة للآباء فى تنمية القدرات الوجدانية عند الأبناء.
- نموذج جيد.
- قياس مدى وجود القدرات الوجدانية عند الأبناء.

تمهيد:

الذكاء العاطفى هو القدرة على فرز العواطف الذاتية، وحسن استعمالها. ويعرف «جولمان» Goleman الذكاء العاطفى بأنه القدرة على التعرف على شعورنا الشخصى وشعور الآخرين، وذلك لتحفيز أنفسنا، ولإدارة عاطفتنا بشكل سليم فى علاقتنا مع الآخرين.

عناصر الذكاء العاطفى:

ينقسم الذكاء العاطفى إلى عدة عناصر وهى:

* الوعى بالذات.
* التحكم فى الانفعالات.
* التحفيز الذاتى.
* المهارات الاجتماعية.
* التعاطف.



كيف تعمل العاطفة فى الجسد؟

اللوزة هى المسئولة عن الجوانب العاطفية (الجانب الوجدانى)

القشرة الدماغية: مسئولة عن اتخاذ القرارات المنطقية وعن التفكير (الجانب العقلى).

كيف يتم ذلك؟

تدخل المعلومات إلى الدماغ عبر الأحاسيس المختلفة: السمع، والبصر، واللمس. وتنتقل هذه الأحاسيس إلى المهاد. وقد اكتشف حديثًا أن هناك طريقين منفصلين تنتقل فيهما هذه المعلومات: من المهاد إلى الجهاز الحوفى، ومن المهاد إلى القشرة الجديدة. وقد وجد أن الطريق التى تسلكها المعلومات من المهاد إلى الجهاز الحوفى أقصر وأسرع من تلك التى تسلكها إلى القشرة الجديدة، مما يتيح للجهاز الحوفى الفرصة للاستجابة بصورة أسرع وقبل تدخل القشرة الجديدة.

يعتبر الجهاز الحوفى مركز التعلم والذاكرة. فقرن أمون مسئول عن إدراك المعلومة بينما تقوم « الأميجدالا» بإحداث الانفعال المرافق لها. وكل معلومة تختزن مقترنة بالعاطفة الخاصة بها.

مثال على ذلك:

افترض أن شخصًا ما يخاف كثيرًا من صوت النحلة، وما أن يسمع صوت النحلة حتى يحرك يديه فى محاولة لإبعادها عنه ويبدأ بالركض. ما إن يسمع هذا الشخص صوتًا يشبه صوت النحلة حتى تبدأ الأميجدالا بإثارة كافة أجزاء الجسم محدثة حالة الخوف. فترسل رسائل عاجلة إلى معظم أجزاء المخ، وتجند مراكز الحركة، وتنشط الجهاز الدورى والعضلات والقناة الهضمية. كما تبعث بإشارات إضافية إلى جذع المخ فيظهر على الوجه تعبير الفزع وتتسارع ضربات القلب ويرتفع ضغط الدم ويبطئ التنفس.

إذًا يمكن أن يحدث الانفعال فى أجزاء الجسم كافة دون التحقق من كون هذا الصوت هو صوت نحلة. وتعتبر هذه الاستجابة السريعة ضرورية فى بعض الحالات؛ مثل أن تكون حياة الشخص أو من يحب مهددة بالخطر. وهناك الكثير من القصص التى عملت فيها هذه الاستجابة السريعة على إنقاذ حياة الشخص.

وعلى الرغم من أهميتها، فإنها قد تكون فى كثير من الأحيان سلبية. فقد يحدث خطأ فى الإدراك ولا يكون هناك حاجة لحدوث الانفعال المرافق. فإذا ما تباطأ الشخص قليلاً، وكلمة قليلاً يمكن أن تكون (٦) ثوان حسب الدراسات فى هذا المجال، يسمح ذلك للمعلومة بالوصول إلى القشرة الجديدة فى مركز التفكير الذى يتميز به الإنسان عن غيره من الكائنات الحية. وفى حالة وصول المعلومة إلى القشرة الجديدة، تصبح الاستجابة مدروسة، ويعمل الفص الأمامى فيها الذى يتصل بشبكة من الأعصاب بالأميجدالا على كبح جماح الانفعالات وإحداث الاستجابة المناسبة.

إذًا لا بد لنا من أن نمنح أنفسنا وقتًا للتفكير قبل الانفعال، وهذا ما يميزنا كبشر ويجعلنا أكثر مسئولية عن أفعالنا. وكما ذكرت سابقًا، فإن فهمنا لعمل الدماغ مهم لعملية التعلم بشكل خاص، وللعملية التعليمية التعلمية بشكل عام. فهناك -مثلاً- أهمية مراعاة أنماط التعلم فى التعليم وما يتبعها من تنويع التقييم. وهناك أيضًا أهمية طرح أسئلة مثيرة للتفكير، وربط التعلم بالعاطفة، وعملية التأمل الضرورية لكل من المعلم والطالب لإعادة النظر فى أدائه. وبالنسبة إلينا هنا هى ضرورية لفهمنا للذكاء العاطفى.

مستوى ذكاء طفلك العاطفى:

يمكننا معرفة ما إذا كان طفلنا يمتلك صفات الشخص الذكى عاطفياً عندما نشعر أنه يمتلك عدداً من المفردات العاطفية ويعرف الاستعمال الدقيق لها.

وتكون لديه المقدرة فى أن يستعمل هذه المفردات عندما يتعامل مع عواطفه وعواطف الآخرين.

كما أن الطفل الذكى عاطفياً هو من يستطيع التفاعل باتزان مع الطاقة الوجدانية المنبعثة من الآخرين، وبالتالى تكون لديه القدرة على إقامة علاقة إيجابية فعّالة ومنتجة.

ولذلك يرتبط الذكاء الوجدانى بمفهوم الذكاء الذاتى والذى يعد من أنواع الذكاءات المتعددة.

ويشير مفهوم «الذكاء الذاتى» إلى معرفة الفرد الجيدة بذاته واتخاذ قرارات وتحديد أهداف على أساس هذه المعرفة الواعية والدقيقة بالذات، وكذلك توجيه المشاعر والأفكار والاحتياجات والتعامل مع هذه المشاعر بوعى. وتتضمن هذه المعرفة بالذات: المشاعر والحالات المزاجية والرغبات، وكذلك طريقة التفكير والكيفية التى يحصِّل بها المعرفة، وأيضًا الحوافز الداخلية والدوافع، ونقاط القوة والضعف، والأهداف والنوايا.

كيفية تعليم الذكاء العاطفى:

يمكن تعليم الذكاء العاطفى عند الأبناء، ولكن مع وجود ثلاثة افتراضات مهمة، وهى:

١- ليس هناك تفكير بدون عاطفة، وليس هناك عاطفة بدون تفكير.

٢- كلما كان الشخص أكثر وعيًا بتجربته، أمكن التعلم منها أكثر.

٣- معرفة الإنسان بنفسه جزء مهم من عملية التعلم.

ملحوظة مهمة:

إذا استطاع الآباء أن يدربوا الأبناء على التحكم فى النفس لدقائق قبل الانفعال أو حدوث رد الفعل فإن هذه العادة أفضل وسائل تنمية الذكاء الوجدانى.

دور الآباء فى تنمية القدرات الوجدانية:

إذا كنت أبًا أو أمّاً كن على وعى بالعوامل التى تيسر نمو الذكاء الوجدانى لدى أطفالك مبكرًا فقلل من انتقاداتك لآرائهم.

ناقش آراءهم فى الناس والآخرين بدون تعصب . وشجعهم على التعاطف مع الآخرين والتطوع للأعمال التعاونية والخيرية .

ودربهم مبكرًا على اكتساب المهارات الاجتماعية وتنويع صداقاتهم بفئات مختلفة من الناس . وشجعهم على التخلى عن الغضب والثورات الانفعالية بأن ترسم أمامهم بتصرفاتك قدوة لهم على الهدوء . وتجنب الانفعالات الضارة أمامهم . واطلب منهم دائمًا أن يقدموا لك على الأقل ثلاثة حلول لأى مشكلة قد تواجههم أو تعترض حاجاتهم .

نموذج متميز:

- أب يحرص على غرس الحب فى أبنائه .
- أب يحرص على احترام أبنائه .
- أب يحرص على الحزم المرافق للحب .
- أب لا ينتقم لنفسه فى أبنائه .
- أب يتحمل مسئولية التربية بحقها .

فهذا النموذج هو أب صالح لتنمية القدرات الوجدانية عن الأبناء .

مراحل تنمية الذكاء العاطفى لدى الأبناء:

إن تنمية الذكاء العاطفى يساعد الطفل فى كل المراحل العمرية على التكيف مع الضغوط التى قد تحيط به أو عند تعرضه للمشاكل الطبيعية للنمو .

وثمة جوانب أساسية للذكاء العاطفى تتمثل فى معرفة العواطف واستقبالها والتعبير عنها ، بالإضافة إلى محاولة تحقيق هذه الأخيرة وتنمية القدرة على امتلاكها ، وذلك من خلال :

* تعبيرات الوجه أو الصوت أو أوضاع الجسم وحركاته .
* الألحان الموسيقية أو مضامين القصص والحكايات .
* حسن التعبير عن العواطف والمقدرة على التمييز بين العواطف الحقيقية والمصطنعة .

* ربط عواطف معينة بحالات عقلية محددة كالحواس، من روائح وألوان.

ويمر النمو العاطفى لدى الطفل بمراحل عدّة يمكن تقسيمها حسب المراحل العمرية التالية:

المرحلة من الولادة حتى ١٨ شهرًا:

يتمثل الهدف الرئيسى للنمو العاطفى فى هذه المرحلة بنمو الثقة عند الرضيع. فالطفل يبدأ خلال الأسابيع الثلاثة أو الأربعة الأولى من حياته بالابتسام عندما يشعر بالاطمئنان والراحة. كما يقوم قبل الأسبوع الثامن بالابتسام لرؤية وجوه وأصوات من حوله.

وتكون تعبيرات وجه الطفل فى هذه المرحلة المبكرة مهمة جداً؛ لأنها تساعد على التعلق بمن يرعاه كوالديه، ما يشجعهما بالتالى على مزيد من التفاعل مع الرضيع فى هذه المرحلة العمرية.

نصائح لهذه المرحلة:

- حاول أن تحترم خصوصية الطفل فلا تحمله فجأة أو تقبله بعنف أو تضىء الأنوار العالية فجأة؛ لأن هذه التصرفات تحدث تصدعًا فى وجدانه لا يظهر إلا بعد فترة.

المرحلة ما بين الشهر (١٢ - ١٥):

خلال هذه الفترة يكون الطفل قد تعلق بشكل أكيد بواحد أو اثنين ممن يقومون برعايته كأمه وأبيه. ونلاحظ أن مظاهر وأعراض القلق تبدو عليه عندما يكون بصحبة أناس غرباء أو غير مألوفين لديه، ويحاول الطفل حتى عمر الـ١٨ شهرًا أن يراقب، ويقلّد ردود الأفعال العاطفية لمن حوله عندما يتفاعلون مع موقف معين.

نصائح لهذه المرحلة:

- اصبر فى تعليم الطفل الكلمات.

- لا تردد الكلمات التى ينطقها الطفل بنفس أسلوبه؛ لأنه يسمعها صحيحة وينطقها حسب قدراته..

- شجعه على الفعل البسيط ؛ لأن البسيط بالنسبة إليك عظيم بالنسبة إليه .

مثال : الطفل الذى يخطو أولى خطواته إنجاز يعادل إنجاز شخص حصل على الدكتوراه فى الكبر . . .

- اترك الفرصة للطفل بأن يتعلم ويخطئ ولا تعنفه على محاولته التجريب .

المرحلة ما بين سنة ونصف حتى ٣ سنوات :

يبدأ الطفل خلال هذه المرحلة بالشعور باستقلاليته عن الآخرين .

كما يميز بين الطرق الصحيحة وتلك الخاطئة عندما يرغب فى الحصول على ما يريده . حيث إن الطفل الذى لا يتجاوز عمره السنتين لا يعرف سوى كلمات قليلة للتعبير عن عواطفه ، إلا أنه عندما يصل للمرحلة العمرية التالية (٢ إلى ٣) سنوات فإنه يتمكن من الحديث والتعبير عن عواطفه ومشاعره .

نصائح للتعامل مع هذه المرحلة:

- خاطبه بسنه وليس بسنك .

- حاول أن يكون هناك وقت كافٍ للجلوس معه واللعب معه .

- ينبغى أن يكون هناك ثبات فى التربية ويمنع الثنائية وخاصة ثنائية الآباء مع الأجداد .

- احرص على ألا يذهب الطفل قبل ثلاث سنوات إلى الحضانة ، ولو كان يجلس مع مربية فاعلم أنه يستقى منها فى هذه السن الصفات الكثيرة .

المرحلة ما بين (٣ - ٥) سنوات:

يبدأ الطفل ، فى هذه المرحلة بتعلم وتطوير بعض المهارات الاجتماعية ، ويزداد فهمه لمشاعره والأفكار والزمن والعلاقات الاجتماعية واللغة . ويتمكن من إظهار ذلك من خلال روح الدعابة والفكاهة التى يتمتع بها ، بالإضافة إلى أنه يبدأ بالشعور بمشاعر الآخرين .

ومن تحديات هذه المرحلة مدى قدرة الطفل على إقامة صداقات مع الأطفال الآخرين .

نصائح خاصة بهذه المرحلة:

- تعد هذه المرحلة من أخطر المراحل فى تشكيل الشخصية، وأهم ما يتشكل فى الشخصية القدرات الوجدانية.

- علم الطفل الحرية فى التعبير، والاستقلالية فى الشخصية، مع الحرص على معاملته كطفل.

- احرص على تعليم طفلك الكثير من القواعد فى القدرات الوجدانية فهذه المرحلة مرحلة خصبه.

- احذر من الكرتون والبث الإعلامى غير المقنن لأنه يؤثر تأثيرًا سلبيًا على القدرات الوجدانية وخاصة فى هذه المرحلة.

المرحلة ما بين (٦ - ١٢) سنة:

خلال هذه المرحلة يتعلم الطفل القواعد والضوابط التى تحكم الأعمال، ومفهوم العدل ووجود الأسرار والقدرة على إخفاء المعلومات بشكل مقصود وشعورى.

واذا سارت هذه المرحلة بشكل طبيعى وسليم، يكون لدى الطفل القدرة على الفهم الجيد لعواطفه ومشاعره والتعبير عنها.

نصائح للتعامل مع هذه المرحلة:

- قم بتكليف الطفل على قدر طاقته.

- ينبغى ألا نقارن بين الأطفال فى القدرات.

- نعلمه الصلاة عند سبع سنوات ونشد عليه عند عشر سنوات، مع التذكر بأنه حتى مع هذه السن غير مكلف من الله تعالى على هذه الصلاة فرفقًا بهم.

- لا تنس اللعب الجماعى مع الطفل.

- يمكن تعليم الطفل حرفة حيث تساعده على تكوين شخصية مستقلة.

أهمية تعليم حرفة وشروطها:

ما معنى تعلم حرفة؟

هو تدريب الأطفال منذ الصغر على حرفة صناعية يمكن أن يمتهنها في الكبر أو تكون عملاً إضافياً أو هواية يرغب قضاء وقته فيها أو مساعدة الآخرين من خلالها .

فينبغي للوالدين أن يستشعرا أهمية هذا الجانب في تربية الطفل ، من ناحية صقل شخصيته واعتماده على نفسه والقدرة على الكسب والرجولة المبكرة وغير ذلك .

قال أحد العلماء : من حق الولد على والده إذا بلغ سن التمييز أن يعلمه أخلاق الصلحاء ، وأحكام الدين ، ويرشده إلى المكاسب خشية أن يكون عالة على الناس .

فلنعلم أولادنا حرفة يغتنون بها ، ولنعاونهم على اكتشاف ميولهم وقدراتهم ، وتشجيعهم على تنميتها وصقلها بالتدريب المتدرج .

الأهداف:

- أن يتعرف الأطفال على المهن المختلفة .
- أن يختار الطفل مهنة محببة إليه .
- أن ينفس الطفل عن طاقاته المكبوته .
- أن يشعر الطفل بقيمته الذاتية .
- أن يستثمر الطفل أوقات فراغه .
- أن يساهم الطفل في مجتمعه بجهد وعمل .
- أن ينمي الطفل ميوله وموهبته .
- أن يتعلم الطفل على الاستقلالية والاعتماد على النفس .

الخطوات:

١ - التمهيد للطفل قبل بداية المشروع بفترة ، بشرط أن ينتهي الحوار والتمهيد بالإقناع .

٢- عرض على الطفل المهن المختلفة بصورة نظرية من خلال عرض الأدوات أو صور عن كل الحرف .

٣- يمكن اصطحاب الطفل وزيارة بعض الحرف التى كان للطفل ميول مبدئية بها .

٤- يمكن للطفل بعدها أن يحدد ما هى الحرفة التى يمكن أن يعمل فيها .

٥- يبدأ الطفل بالانتظام فى هذه الحرفة تحت إشراف أحد الأبوين للفترة الأولى مع ترك حيز من الحرية للطفل .

٦- محاولة مراقبة ردود أفعال الطفل ومدى تكيفه مع هذه الحرفة .

الاحتياطات:

ينبغى أن يحرص المربى على بعض الاحتياطات منها:

- **أن** نتذكر الهدف والنية من وراء هذا المشروع وهذا الجهد .
- **أن** يختار معلم الحرفة بحيث أن يكون فيه صفات أخلاقية حسنة .
- **أن** يتحرى عن المكان والحى الذى يوجد فيه الورشة أو مكان العمل . وعن العمال المتواجدين فيه ، فإن كان فيهم من يخاف على الطفل منه ، فالأفضل عدم تعلم الطفل حرفة أو البحث عن مكان آخر .
- **أن** ينبغى ألا تزيد مدة عمل الطفل على ست ساعات بأى حال من الأحوال .
- **يُترك** للطفل وقت كافٍ للعب فهو ما زال طفلاً .
- **أن** يتفق مع معلم الحرفة بألا يهين شخصية الطفل بأن يسبه ، أو يكلفه بأعمال فوق طاقته ، أو يكلفه بأعمال خارج نطاق الحرفة .
- **أن** يتدرج معلم الحرفة فى تعليم الأبناء على الحرفة بحيث لا يحدث إحباط أو نفور من الحرفة .
- **أن** يشجع الطفل على هذا الجهد وتحفيزه المادى والمعنوى على ذلك .
- **أن** نوفر للطفل بعض الأدوات الخاصة بالحرفة لنتيح له فرصة التدريب عليها بمفرده .

أن نعلم أن هذه الحرفة مضافة إلى جهد الطفل فى التعليم وحفظ القرآن والمهام الأخرى فنرفق بالطفل ولا نضعه تحت ضغط أكبر من قدراته .

دور الأهل فى تنمية القدرات الوجدانية:

تنقسم مراحل تنمية الذكاء العاطفى لدى الأطفال من قبل الوالدين إلى مرحلتين، وهما :

- **مرحلة الأطفال الصغار:**

تحتاج هذه الفئة عادة إلى أسلوب معين فى التعامل معها، وعلى الأهل استخدام ثلاث طرق أساسية وهى :

* تعبير الوالدين عن مشاعرهم وعواطفهم أمام الأطفال، كأن يقول أحدهم : «أشعر بالانزعاج . أشعر بالتردد . أشعر بالقلق » .

* مساعدة الطفل فى وضع مسميات لعواطفه والتعبير عنها، وذلك من خلال القول له : « تبدو غاضبًا » .

* تسمية العواطف التى يلاحظها الأطفال عند الآخرين؛ لأن ذلك يعمل على تنمية إدراك الأطفال العاطفى بالغير . وتجدر الإشارة إلى أن تنمية هذه الخاصية تبدأ من الأم التى تردد على طفلها : « يبدو أن والدك يشعر بالتعب»، حين يكون كذلك .

- **مرحلة الأطفال الأكبر سناً:**

أما فيما يتعلق بالأطفال الأكبر سناً فيجب استكمال ما سبق ذكره، باتباع الآتى :

- البدء بشرح العواطف والمشاعر للأطفال مستفيدين من بعض الأسئلة المبسطة، كأن نقول لهم : لماذا الغضب عاطفة ثانوية؟ ما هى العواطف المرافقة عادة للاكتئاب؟
- مساعدة الأولاد على تنمية إمكانياتهم وتوليد خيارات لتحسين عواطفهم ومشاعرهم .
- تسمية عواطف الأطفال .

تطور القدرات الفرعية للذكاء الوجدانى:

يوضح الجدول التالى نموذج « ماير وسالوفى» للذكاء الوجدانى، حيث إن القدرات الفرعية للذكاء الوجدانى مرتبطة تطويرياً من الأدنى مرتبة إلى الأعلى مرتبة، وكذلك محتوياتها، فالترتيب يعكس مراحل النمو الوجدانى للفرد، كما أن الأفراد الأكثر ذكاءً انفعالياً يمرون بصورة أسرع فى هذه المراحل، ويقعون فى المستوى الأعلى منها:

نموذج ماير وسالوفى للذكاء الوجدانى (١):

القدرة الفرعية	وصف القدرة	محتوى القدرة
التعرف على الانفعالات	الإدراك، والتقييم، والتعبير عن الانفعال بصورة دقيقة	١- التعرف على انفعالات الذات. ٢- التعرف على انفعالات الأخرين والأشياء (التصاميم، واللوحات، والأصوات... إلخ) ٣- التعبير بدقة عن الانفعالات والحاجات المتصلة بها. ٤- التمييز بين تعابير الانفعالات الصادقة والمزيفة.
توزيع الانفعالات	تسهيل الانفعالات للتفكير	١- استخدام الانفعالات لتوجيه الانتباه للمعلومات المهمة فى الموقف. ٢- توليد الانفعالات الحية التى يمكن أن تيسر عملية اتخاذ القرار والتذكر.. ٣- التأرجح بين عدة انفعالات لرؤية الأمور من زوايا عدة. ٤- استخدام المزاج لتسهيل عملية توليد الحلول المناسبة.
فهم الانفعالات	فهم وتحليل الانفعالات، وتوظيف المعرفة الوجدانية	١- تسمية الانفعالات، والتمييز بين التسميات المتشابهة وانفعالاتها. ٢- تفسير المعانى التى تحملها الانفعالات (مثلاً: الحزن يعنى فقدان شيء). ٣- فهم الانفعالات المركبة (مثلاً: الغيرة تشمل الغضب والخوف، والانفعالات المتناقضة (الجمع بين حب وكره شخص ما).

(1) Salovey &mayer: what is Emotional Intelligence, Educational Implications :- 31)New York; Basic Book , 1997>

		٤- ملاحظة التحول أو التغير فى الانفعال سواء فى الشدة (مثل: مستوى الغضب) والنوع (من الحسد إلى الغيرة).
إدارة الانفعالات	تنظيم الانفعالات بصورة تأملية لتفعيل النمو الوجدانى والعقلى.	١- الانفتاح أو التقبل للمشاعر السارة وغير السارة. ٢- الاقتراب أو الابتعاد من انفعال ما بشكل تأملى. ٣- ملاحظة الانفعالات فى الذات والآخرين (مثلا: وضوحها، وأحقيتها) بشكل تأملى. ٤- إدارة انفعالات الذات والآخرين دون كبت أو تضخيم المعلومات التى تحملها.

ملحوظة مهمة:

يمكن أن يستعين المربى بالجدول السابق فى وضع خطة تتفق مع ابنه ويسير على العناصر الفرعية للذكاء الوجدانى كما هو مفصل.

أهمية العلاقة بين الوالدين والأبناء فى تدعيم القدرات الوجدانية:

يرى ستونسى Stonsy أن الدعائم الجوهرية لحياة الإنسان الراشد تقوم على ما يتلقاه من رعاية واهتمام من جانب الوالدين والقائمين على تربيته. وأن نوع العلاقة التى تنشأ بين الوالدين والطفل وطريقة تعاملهم تعتبر عاملا مهماً يدخل فى تكوين شخصية الطفل ووجدانه، بل إن استجابة الوالدين لأولادهم هى المفتاح الرئيسى المسؤل عن تشكيل وجدان وانفعالات الأطفال، وأن الوالدية هى أسلوب يقدم الأساس الانفعالى والوجدانى الآمن لاكتشاف انفعالات ووجدانات الأطفال وتفاعلاتهم مع بيئتهم، وما يدفعهم إلى التوافق فى كل مجالات الحياة (١).

ويلخص «دانييل جولمان» تأثير الوالدين على الذكاء الوجدانى لأطفالهم من خلال:

١- **تجاهل الانفعالات كلية:** وفيه يتعامل الوالدان مع انفعالات الأبناء على أنها شىء تافه أو مزعج عليهم الانتظار حتى تزول تلقائياً.

(١) د. خالد عبد الرازق: مجلة دراسات نفسية: المجلد: ١٧ العدد الثانى: ٢٠٠٧.

٢- **كبت الانفعالات:** وفيه يحاول الوالدان منع الأبناء من إظهار أى تعبير عن الغضب والحزن ويعاملانهم بالقسوة والنقد أو العقاب حتى يتوقفوا عن الحزن أو الغضب.

٣- **استثمار الانفعالات:** وفيه يتعامل الوالدان مع انفعالات الأبناء بجدية ويعملان على فهم أسبابها وكذلك مساعدتهم على اكتشاف طرق إيجابية لتهدئة هذه الانفعالات.

وتشير «سارة نيومان» إلى أن كل أسرة لديها رؤية مختلفة عن الصرامة أو الشدة والتسامح والآباء فى حاجة إلى وضع الحدود للسلوكيات المقبولة وغير المقبولة، وهذه الحدود هى القواعد التى يسير عليها الطفل وعليه فهى يجب أن تكون عادلة ومنطقية ومفهومة من جانب الأطفال، الذين يسعون دائما للتأكد من رسوخ هذه القواعد باللجوء إلى ما يتعارض معها لاختيار موقف الوالدين منها، ولعل المعروف من الأب الذى يقول لطفله افعل ما أقوله وليس ما أفعله، يمثل القاعدة التى لا يجب اتباعها، لأن الأطفال يقلدون الأفعال أكثر من الاستماع إلى الكلمات.

ويشير محمود عكاشة إلى أن معظم المشكلات الانفعالية التى يعانى منها الأطفال ترجع فى جزء منها إلى أنهم تنقصهم القدرة على معالجة وتجهيز المعلومات ذات الطابع الانفعالى مثل: انفعالاتهم الذاتية، وانفعالات الآخرين، والحالة الوجدانية الذاتية والحالة الوجدانية للآخرين، وأنهم قادرون على معالجة وتجهيز المعلومات ذات الطابع المعرفى بسرعة ودقة إذا ما قورنت بالمعلومات الوجدانية.

وتجهيز المعلومات الوجدانية يعتمد على:

- مدى قدرة الأطفال على ضبط الانفعالات والمشاعر والتعبير عنها.
- مدى قدرة الأطفال على تكوين علاقات اجتماعية جيدة وآمنة مع الآخرين.

- مدى قدرة الأطفال على التعلم واستكشاف البيئة .

البعد النمائي للذكاء الوجداني:

يشير « فورنهام ونييل» Furnham & Neil إلى أن الصرخات الحادة للرضع تهدف إلى جعل الآباء يسرعون لتهدئتهم، وهذا يعنى أن الأطفال الرضع يملكون أدوات تعبير تواصلية، وأن هؤلاء الأطفال يمكنهم تطوير وسائل جديدة للتعبير عن وجدانهم .

فى حين يتحدث «شبيتز» فى المرحلة المبكرة من النمو عن التبادل الوجدانى بين الأم والطفل والذى أطلق عليه الحوار، والذى يعنى التبادل المتعاقب للفعل والاستجابة .

وابتداء من نهاية الشهر الثانى يصبح الوجه الإنسانى هو المدرك البصرى المفضل ويميزه الوليد عن غيره ويتبعه باستجابة سيكولوجية هى استجابة الابتسامة، باعتبار أن هذه الاستجابة السيكولوجية هى أول خبرة نجاح فى التعامل مع الوجه الإنسانى، وأول ما يحدث أو يسجل فى الذاكرة .

كما أن التواصل اللمسى يصبح وسيلة من وسائل الاتصال الجسدى لنقل أحاسيس الراحة التى تشعر بها الأم، وهى تحمل وليدها ويشعر بها الوليد عندما تحمله أمه، وكذلك يصبح الجلد وسيلة لنقل أحاسيس الدفء والملامسة، والتى تعد مصدراً للذة والإشباع .

كذلك نجد فى بدايات الحياة تمثل الخبرات الجسمية للوليد وخبراته بالآخرين والخبرات الانفعالية الأهمية الكبرى فى سياق علاقة الأم بالطفل، حيث يمتد معدل التفاعلات مع الأم بتكرار خبرات الإشباع والإحباط، يضاف إلى ذلك العلاقة الانفعالية التى تتضمن الوسائل البصرية واللمسية والجسدية بحيث تؤدى إلى ما أسماه «شتيرن» بنواة الذات ونواة الآخرين .

وتشير « ليندا أليكسنين» إلى أن القدرة على إدراك وفهم الوجدان تنمو وتزداد مع تقدم عمر الطفل، ويستطيع الأطفال الأقل من ثلاث سنوات التعرف على الحزن والسعادة والخوف باستخدام التواصل غير اللفظى مثل تعبيرات الوجه والإيماءات ونبرة الصوت. بينما تعبر وجدانات الطفل عن نفسها فى هذه المرحلة العمرية عن طريق الاحتضان والتربيت والملامسة والتقبيل.

وبالتالى فإن حاجة الطفل إلى نموذج وجدانى وانفعالى قوى يقتدى به ويحاكيه ويقلده، ويتوحد معه، ويكون به ومعه نواة الذات والشخصية.

والسؤال الذى يطرح نفسه الآن:

هل ترى فى نفسك قدوة جيدة للأبناء؟

كيف ننمى مفهوم ذات إيجابى لدى أبنائنا؟

هناك وسائل عديدة يمكن أن نتبعها كآباء ومعلمين كى نزرع الثقة فى نفوس أبنائنا؛ لأن ذلك سوف يؤثر إيجابًا على تحصيلهم الدراسى وعلى توافقهم النفسى والاجتماعى.

ويمكن تلخيص الأساليب الصحيحة فى التعامل مع الأطفال لتحقيق هذا الغرض كالتالى:

* الاستقلالية.
* لغة التواصل الصحيح.
* الثبات فى المعاملة.
* قبول الطفل كما هو.
* تشجيع الطفل.

أولاً: الاستقلالية:

إن الطفل منذ صغره يبدى استعداداً للاستقلالية، ولكن مع الأسف فإن بعض الآباء يقمعونها، وبحسن نية فالأم تمنع طفلها الصغير من أن يأكل بمفرده خوفًا على ثيابه من الاتساخ وتلبسه ملابس حتى لا يلبسها بصورة خطأ، ويختار له الأبوان الألعاب والكتب التى تعجبهما هما من غير أن يسألا رأيه، وعندما يعانى الأبناء من مشكلة معينة نرى الآباء يتبعون معهم أسلوب الوعظ والإرشاد والتأنيب واللوم، أو يلجئون الى أن يحلوا بأنفسهم مشكلات أبنائهم.

كل هذه الأساليب تشعر الطفل بالعجز والاتكالية وعدم الثقة بقدراتهم الذاتية على حل مشكلاتهم بأنفسهم؛ لذا من الضرورى أن يشجع الآباء والمعلمون والمعلمات الأطفال على الاستقلالية منذ الصغر.

ثانياً: لغة التواصل الصحيح مع الطفل:

يعتبر التواصل الصحيح سر النجاح فى العلاقات الأسرية بين الآباء والأبناء، ويشمل التواصل الاستماع وأسلوب الكلام اللفظى وغير اللفظى.

كيف نستمع الى أطفالنا وتلاميذنا؟

لا بد للآباء من أن يحسنوا الاستماع لأبنائهم حتى يساعدوهم فى التنفيس عن مشاعرهم وإحساساتهم ومشكلاتهم، وسوف يدهش الآباء عندما يكتشفون المفعول السحرى للاستماع فى حل العديد من مشكلات الأطفال.

*** الثبات فى المعاملة:**

يعد الثبات فى المعاملة من أهم دعائم بناء الشخصية السوية، وكذلك من أهم مقومات الاستقرار الوجدانى. وبالتالى فولى الأمر الذى يريد أن ينمى ابنه فى القدرات الوجدانية عليه أن يتحكم فى المحيطين به. فلا يجد المربى شدة من الآباء وتدليلاً من الأجداد، وإذا وجد ذلك كان علامة على الفشل فى تنمية الذكاء الوجدانى للطفل منذ الصغر.

* **قبول الطفل كما هو:**

الطفل نعمة من الله تعالى، وهذا الطفل يوجد لديه من القدرات والمهارات ما هو موروث وما هو مكتسب، وبالتالى ينبغى أن نتقبل الطفل على ما هو عليه. وما علينا إلا أن نعطى له الوسائل والطرق التى تربيه وتنمى القدرات لديه.

* **تشجيع الطفل:**

الطفل يحتاج إلى تحفيز دائم، ويحتاج إلى التحفيز المادى والمعنوى، يحتاج إلى الشعور بقيمته أو وبذاته؛ ولذلك ينبغى دائمًا أن نشجع الطفل على أعماله ولكن بشرط أن تكون مقترنة بالعبارة التالية:

أنت جيد فى. . . . ولكن لو استطعت أن تقوم بـ. . . . .

حتى يظل الطفل فى تنمية دائمة ولا يصل إلى الغرور.

الفروق بين الشرائح المختلفة فى الذكاء الوجدانى:

هل يوجد فرق بين الذكور والإناث فى الاستجابة لتنمية القدرات الوجدانية؟

وهل يوجد علاقة بين الذكاء الوجدانى والتخصص؟

للإجابة عن هذين السؤالين، قام الباحث «عبد المنعم الدردير، ٢٠٠٢» بدراسة، حيث استهدفت الدراسة معرفة أثر كل من النوع (ذكور - إناث) والتخصص (نظرى وعملى) على الذكاء الوجدانى. وكذلك علاقة الذكاء الوجدانى ببعض المتغيرات المعرفية (الذكاء المتعدد - التفكير الابتكارى-التفكير الناقد) وعوامل الشخصية، وذلك على عينة من طلاب كلية التربية بقنا مكونة من (١٤٧) طالبًا وطالبة، ومن تخصصات نظرية وعملية.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- أن كلاً من النوع والتخصص لا يؤثر على الذكاء الوجدانى.
- وجود ارتباط إيجابى بين الذكاء الوجدانى وكل من الذكاء اللغوى والذكاء الشخصى، والتفكير الابتكارى والذكاء الاجتماعى.

- لا توجد علاقة بين الذكاء الوجداني وكل من الذكاء المنطقي أو الرياضي والذكاء الجسمي والذكاء الموسيقي، والذكاء الطبيعي.

ملحوظة مهمة:

لا يوجد فرق بين ولد وبنت في الذكاء الوجداني، فلا نظلم أحدًا من الأبناء بأن نقارنه بأخيه أو أخته أو أن نحاسبه على ضبط سلوكه في مرحلة هو ليس مؤهلاً فيها لهذا الضبط.

ولذا فهذا نداء لكل ولي أمر...

احذر من قول العبارات التالية..

أترى أخاك... هو مطيع وهو افضل منك..

واعلم أن لكل ابن صفات ومميزات ما عليك إلا اكتشافها وتنميتها.

نصائح عامة للآباء في تنمية القدرات الوجدانية عند الأبناء:

تُعدّ الفترة الممتدة من الولادة إلى سن الخامسة، فترة نمو سريع؛ لذا من الأفضل أن يعيش الأطفال تجارب تعليمية ذات نوعية عالية، وأن يتعلموا التصرف كأفراد في مجموعة اجتماعية أكبر خارج العائلة، وتطوير قدراتهم كي يواجهوا التحديات العاطفية والجسمية والفكرية في المجتمع.

ويمكن تنمية الذكاء العاطفي عند الأطفال، من خلال الأساليب التالية:

- مساعدة الأبناء في الاعتماد على أنفسهم عند اتخاذ قراراتهم، كي يتمكنوا من اتخاذ قرارات مصيرية في المستقبل، مثلاً: دعوهم يختاروا ملابسهم بأنفسهم، وكذلك ألوان غرف نومهم، وألعابهم، والكتب التي يحبون قراءتها، وليكن دوركم كأهل هو الإرشاد ومساعدتهم على انتقاء الأفضل.
- تعليمهم احترام من هم أكبر منهم سناً، بغض النظر عن صلة القرابة بهم، فالاحترام سينمو معهم وسيساهم في نجاحهم المستقبلي.

- تعليمهم فن الاستماع للغير بتعاطف، بمعنى أن يتجاوبوا معه ويتحاوروا إذا كانوا أهلاً لذلك، فهذا ينمّى مهارات التخاطب عندهم.

- تدريبهم على التعلّم من أخطائهم وأخطاء الآخرين، فكلٌّ منا يخطئ ويتعثر، ولكن علينا أن نتخذ من الإخفاق فرصة لتعلم الصواب، وأن ننهض من جديد.

- تنمية النظرة التفاؤلية عندهم؛ لأن الشخص المتفائل هو الذى يكون قادراً على تخطى المشاكل والمصاعب فى المستقبل.

- تعليمهم أن يعتذروا إذا أخطأوا، وكونوا قدوتهم فى ذلك؛ فالاعتذار لا ينقص من قدر الإنسان، وإنما يعوّده على التسامح.

- هيّئوا الأبناء لتحمّل مسئوليات بسيطة تناسب عمرهم، مثل تحمّل جزء من الأعباء المنزلية للفتاة أو إحضار بعض المتطلبات المنزلية للشباب.

- تهيئة الأبناء على أن يكونوا اجتماعيين، من خلال إقامة علاقات اجتماعية مع الجيران مثلاً، لينسجموا مع من حولهم.

- تدريبهم على التعاطف والاهتمام بالآخرين، كمشاركة أصدقائهم فى أفراحهم وأحزانهم، مثلاً: زيارة صديق مريض، تقديم هدية بسيطة عند نجاح أحد الأصدقاء فى المدرسة.



نموذج جيد

موقف تعليمى:

ما روى عن ابن الزبير أنه كان ذات يوم يلعب مع الصبيان وهو صبى فمر رجل فصاح عليهم ففروا، ومشى ابن الزبير القهقهرى وقال: يا صبيان اجعلونى أميركم وشدوا بنا عليه، ومر به عمر بن الخطاب وهو صبى يلعب مع الصبيان ففروا ووقف فقال له: ما لك لم تفر مع أصحابك؟ قال: يا أمير المؤمنين لم أجرم فأخاف ولم تكن الطريق ضيقة فأوسع لك.

موقف آخر:

يقول سنان بن مسلمة وكان أميرًا على البحرين: كنا أغيلمة بالمدينة فى أصول النخل نلتقط البلح الذى يسمونه الخلال، فخرج إلينا عمر بن الخطاب فتفرق الغلمان وثبت مكانى فلما غشينى قلت: يا أمير المؤمنين إنما هذا ما ألقت الريح. قال: أرنى أنظر فإنه لا يخفى علىّ. قال: فنظر فى حجرى، فقال: صدقت. فقلت: يا أمير المؤمنين ترى هؤلاء الغلمان والله لئن انطلقت لأغاروا علىّ فانتزعوا ما فى يدى. قال: فمشى معى حتى بلغنى مأمنى.



قياس مستوى تنمية القدرات الوجدانية عند الأبناء

علامات تنمية القدرات الوجدانية عند الأبناء:

هل ابنك يتصف بالصفات التالية:

* عاطفى مع الآخرين خاصة فى أوقات ضيقهم.
* يسهل عليه تكوين الأصدقاء والمحافظة عليهم.
* يتحكم فى الانفعالات والتقلبات الوجدانية.
* يعبر عن المشاعر والأحاسيس بسهولة.
* يتفهم المشكلات بين الأشخاص و يحل الخلافات بينهم بيسر.
* يحترم الآخرين ويقدرهم.
* يظهر درجة عالية من الود والمودة فى تعاملاته مع الناس.
* يحقق الحب والتقدير من الذين يعرفونه..
* يتفهم مشاعر الآخرين ودوافعهم ويستطيع أن ينظر للأمور من وجهات نظرهم.
* يميل للاستقلال فى الرأى والحكم وفهم الأمور.
* يتكيف للمواقف الاجتماعية الجديدة بسهولة.
* يواجه المواقف الصعبة بثقة.
* يشعر بالراحة فى المواقف الحميمية التى تتطلب تبادل المشاعر والمودة.
* يستطيع أن يتصدى للأخطاء والامتهان الخارجى.

التقييم:

إذا كان ابنك يتصف بهذه الصفات فى ٧٥ ٪ من وقته وتعاملاته فهو على الطريق الصحيح فى شخصيته ويمتلك قدرات وجدانية جيدة، وإذا لاحظت بندًا أو أكثر لديه فيه صعوبة أو فشل فى تحقيقه.

قم أولاً بتدعيم السلوكيات الإيجابية عنده، بمعنى اعرض عليه ما يتميز فيه أولا حتى يسهل تعديل ما لديه من سلبيات.

ثم قم بعمل برنامج تدريبى متدرج لمعالجة ما لديه من خلل.



دور المعلم والمدرسة في تنمية الذكاء الوجداني

- تمهيد.
- دور المدرسة في تنمية الذكاء العاطفي.
- نموذج تأمل للمعلم.
- آليات تغيير أنماط السلوك.
- كيف يقلل لفظ الأنا من احتمال ظهور نمط السلوك؟
- دور المعلم في تنمية عناصر الذكاء الوجداني في الأبناء.

تمهيد:

يعتبر موضوع الذكاء العاطفى فى غاية الأهمية بالنسبة إلى الإنسان. ولكن أحيانًا يحدث انفصال بين ما يتعلم عليه الأبناء فى البيت وما يجدونه فى المدرسة. ولذلك على الآباء أن يعلموا أن التحكم فى البيئة المدرسية من أهم خطوات تنمية الذكاء الوجدانى. ومن الملاحظ أن البيئة المدرسية غنية بما يثير المشاعر السلبية وأبرزها الخوف الذى يكون غالبًا السبب فى إثارة مشاعر أخرى. والضغط النفسى يتسبب فى زيادة احتمال ظهور هذه المشاعر والانفعالات.

دور المدرسة فى تنمية الذكاء العاطفى:

المعلم يتعرض للكثير من الضغوط ومن جوانب عدة. فهناك الإدارة المدرسية، والموجه، والطلاب. ويتعرض الطالب أيضًا للكثير من الضغوط. فالطالب يخاف من أنه ليس جيدًا بما فيه الكفاية، إنه ربما مختلف عن الآخرين، إنه لا ينتمى إلى المدرسة، ولا يقوم بما هو مطلوب منه بشكل جيد، أو أن الآخرين يعرفون أكثر منه ما يتوجب عليهم عمله.

ولذلك عندما نريد تنمية الذكاء الوجدانى فى المدرسة يكون التركيز على المعلم والتلميذ معًا. وتكون نقطة البداية هى تغيير أنماط السلوك.

ونمط السلوك هو السلوك المكرر الأوتوماتيكى غير المجدى الذى ينشأ عن تولى الأميجدالا زمام الأمور، وينتج بصورة رئيسية عن الخوف الذى يتبعه عادة سلوك المقاتلة أو الهرب أو التجمد أو الاندفاع.

تتلخص فكرة تغيير نمط السلوك بأن تعلمنا التفكير البطىء يمكننا من تغيير أنماط السلوك القديمة، وهى خطوة تطويرية علينا اتخاذها.

ويمكن تسمية هذه الخطوة بتعلم التفكير البطىء، أو القدرة على التوقف والتفكير قبل الاستجابة.

كيف تكون التجربة؟

تبدأ التجربة بالتأمل بأنماط سلوكنا ومحاولة اكتشاف سلوكيات معينة نرغب فى تطويرها بأنفسنا ومن خلال المجموعة المراد تدريبها.

حيث يبدأ المعلمون بالسرد الشفوى، وكتابة اليوميات، والتصوير بالفيديو لبعض أنماط السلوك.

نقوم بعد ذلك بالملاحظة والتأمل الذاتى، ثم المناقشة والحوار مع المجموعة، واستخدام نماذج للتأمل. ويتم بعد ذلك مناقشة آليات مختلفة يمكن توظيفها لتغيير أنماط السلوك. ويقوم المعلم باختيار ما يناسبه وتوظيفه ثم إعادة التقييم. . . وهكذا.



نموذج تأمل للمعلم

تمرين:

لتتمكن من فهم أثر الجهاز الحوفى على التعليم والتعلم، قم بهذا التمرين عملياً:

الجزء الأول فكر بسلوك معين، سلوك يقوم به تلميذ أو تلاميذ يثير انفعالك. هذا يعنى بأنك تستجيب، وتشعر بردة الفعل بداخلك، أنت لا تحب ما يفعلونه والطريقة التى تستجيب بها غير فعالة.

اكتب ما يلى:

* ما الذى يفعلونه بالضبط، ما هو سلوكهم؟
* باعتقادك، ماذا يفكرون ويشعرون عندما يقومون بهذا السلوك؟
* ما الذى يحتاجونه أو يريدونه عندما يقومون بذلك؟

تأمل بإجاباتك حتى الآن، هل قمت بوصف سلوكهم باستخدام كلمات مثل: مزعج، أنانى، عدم احترام، نفاد صبر، وقاحة أو أى تعبيرات أخرى غير السلوك الذى قاموا به؟ أو أنك استطعت وصف السلوك دون إصدار أحكام؟ مثل: «يبدأ بالحديث عندما يكون شخص آخر ما زال يتحدث».

هل استطعت أن تتعاطف فعلاً مع التلميذ أو التلاميذ، وتفكر كيف يمكن أن يكونوا قد شعروا، أو ما الذى كانوا بحاجة إليه؟

الجزء الثانى:

عندما يقوم التلميذ أو التلاميذ بهذا السلوك، ماذا تشعر؟ أو بماذا تفكر؟

* كيف تستجيب، تسلك، أو ماذا تفعل؟
* ما الذى تحتاجه أو تريده فى ذلك الوقت؟

* مرة أخرى تأمل فى إجاباتك واسأل نفسك الأسئلة الموجودة فى الجزء الثالث.

الجزء الثالث:

* هل تعتقد أنك تحصل على ما تريده فعلاً فى هذه المواقف؟

* هل تعتقد أن التلاميذ يحصلون على ما يريدونه فعلا من هذه المواقف؟

* تأمل مشاعرهم. هل مشاعرك واستجاباتك ذات معنى؟ هل تستجيب عادة بهذه الطريقة نحو الأشخاص الذين يشعرون بهذه الطريقة؟

* هل تعتقد أنك تستجيب أكثر لمشاعرهم أو أفكارهم منه لسلوكهم، على الرغم من أنك غير راضٍ عن سلوكهم؟

آليات تغيير أنماط السلوك:

قم بعد ذلك بعرض آليات تغيير نمط السلوك كما يلى:

١) استدعاء فكرة تشعرك بالسعادة، بحيث تغلب عليك الفكرة قبل (٦) ثوان من احتمال ظهور السلوك النمطى.

٢) التفكير بمشاعر الآخر فى هذا الوقت. يمكن هذا القشرة الجديدة من التغلب على عمل الأميجدالا.

٣) توظيف لفظ الأنا. يعمل لفظ الأنا على تعريف الطرف الآخر بما يلى:

١ - السلوك الذى يضايقك.

٢ - أثر هذا السلوك عليك من وجهة نظرك.

٣ - شعورك.

٤ - ما تريده.

كيف يقلل لفظ الأنا من احتمال ظهور نمط السلوك؟

* عند استخدام لفظ الأنا تتدخل القشرة الجديدة ويبدأ التفكير المنطقى.

* تعطى نموذجًا بكيفية إخبار الآخرين بمشاعرنا واحتياجاتنا، بحيث يستطيعون فهمنا ولا يشعرون بأنهم ملامون أو سيئون أو مخطئون.

* تساعد الآخرين على تعلم مهارات التعاطف.

* مساعدة الآخرين على ربط السلوك بمخرجات السلوك.

* لا تدمر علاقتك بالآخر.

* تقلل مستوى الضغط وتفرز كمية أقل من الأدرينالين.

* تظهر للآخرين بأنك تحبهم وبأن علاقتك بهم مهمة.

٤) استخدام الـ ABC ما قبل السلوك : Antecedence، السلوك : Behavior، ما بعد السلوك : Consequences.

ما قبل السلوك Antecedence:

- ماذا حدث قبل السلوك؟
- كيف كان شعورك؟
- كيف فكرت؟ وماذا فعلت؟
- ماذا كنت تريد؟
- هل كنت متضايقًا من شيء ما؟

السلوك Behavior:

- ماذا حدث بالفعل؟
- ماذا قلت أو فعلت؟
- ماذا قال أو فعل الآخرون؟

ما بعد السلوك Consequences:

- ماذا كانت نتيجة السلوك؟ (على المديى: ن القريب والبعيد)؟

خلاصة ما سبق:

إذا استطاع المعلم أن يضبط نفسه ويتحكم فى انفعالاته سهل عليه تربية الأبناء وتعليمهم بشكل أفضل. والتمارين السابقة تساعد المعلم على أن يصل إلى هذا المستوى من الذكاء الوجدانى.

دور المعلم فى تنمية عناصر الذكاء الوجدانى فى الأبناء:

تنمية الوعى بالذات وبالآخرين:

إذ يمكن للمعلم غرس الوعى بالذات عند التلاميذ من خلال خلق جو صفى يشجع على التفكير والاكتشاف، الأمر الذى يشجعهم على النقاش، واختيار الجانب المحبب لديهم، وقراءة انفعالات الغير أثناء النقاش (مشاعرى هى، أوافقك الرأى، أخالفك الرأى، أحب أن أضيف. . .)، وهناك ثلاثة جوانب مهمة للوعى الذاتى وهى: الوعى الذاتى الفيزيائى، والوعى الأكاديمى، والوعى الاجتماعى.

تنمية تقدير الذات والآخرين:

إن الطريقة التى نفسر فيها أفعالنا ومعتقداتنا وأوضاعنا الحياتية تؤثر على مقدرتنا على قبول أنفسنا. ولا يمكن تحقيق قبول الذات إلا إذا كان الأطفال واعين لنقاط القوة ونقاط الضعف فيما يتعلق بوجودهم الجسمانى والأكاديمى والاجتماعى. إن كون الطلبة متفائلين أو متشائمين له دور كبير فى تمكنهم من مهارة قبول الذات. ويقول جولمان: إننا نكون مولودين بميل طبيعى نحو التفاؤل والتشاؤم.

تنمية إتقان تحمل المسئولية:

من أجل تسهيل تمكن الطلبة من تحمل المسئولية يجب أن تبنى توجهًا ديمقراطياً، وتوجهًا يجعل الطالب محور العملية التعلمية، كما يجب إعطاء الطلاب خيارات وحرية فى اتخاذ القرارات فى حدود معينة. إن اعتبار تعليم مهارات حل المشكلات واتخاذ القرارات أمران ضروريان، كما يجب أن يسهم الطلبة فى وضع إجراءات وقوانين وفى سير روتين غرفة الصف، نضيف إلى ذلك أن التفكير فى التفكير يعلم الطلاب الإحساس بالمسئولية عندما يطلب منهم التفكير فى القرارات التى يتخذونها

ويحددون ما إذا كانت قراراتهم ذات معنى، بالإضافة إلى تشجيعهم على فهم النتائج الطبيعية، والاستفادة من توجيه الزملاء، وتحمل المسئولية الشخصية فيما يتعلق بالعنف المدرسي، والمسئولية الأكاديمية، وخلق جو من الأمن والهدوء حيث يوجد تحدٍّ آمن.

إيجاد معنى شخصى:

يحوى المخيخ كلاً من العاطفة والذاكرة، وبالتالى فإن التفكير العاطفى للفكرة سوف يثير الذاكرة طويلة الأمد. إن التعليم المخطط أكثر معنى وإثارة للدافعية من التعليم الموجه؛ إذ يقوم المعلم فى التعليم المخطط بتحديد فكرة موضوع معين، ثم يختار كل طالب مجالاً معينًا من الموضوع ليصبح خبيرًا به، ويبحث الطلاب مواضيعهم ويبتكرون مشاريع يعرضون من خلالها فهمهم للمواضيع، ثم يعرض الطلاب مشاريعهم كتقييم أدائى.

أما فى التعليم الموجه فيتم تقديم مفهوم جديد للتلاميذ، وفحص فهم التلاميذ، ومراجعتهم، واختبار فهمهم. يجب التركيز على أن تكون المادة المتعلمة ذات معنى، وأن تستثير دافعية الطلاب الداخلية، وأن تشجع على حركة الطالب، وتوظف ذكاءاته المتعددة.

تقدير الاستقامة والأخلاق:

ويمكن تنمية هذا العنصر من خلال إشراك الأهل فى العملية التربوية من أجل زيادة وعى الطلاب بالاستقامة والأخلاق، واعتبار المدرسة والمجتمع كشركاء حقيقيين، وبناء بيئة صفية إيجابية، لطيفة، متحدية، يكون المعلمون فيها نماذج للسلوك الأخلاقى، ومشجعة للتأمل، كما يجب مكاملة ترسيخ القيم كالمسئولية، التعاون، . . . مع الخطط الأكاديمية. واستخدام المعلم لتقنيات النمذجة فى حل المشكلات واتخاذ القرارات والتفكير التأملى، والتركيز على التعزيز الداخلى بدلاً من الخارجى عندما يحاول التلاميذ تحقيق أهدافهم الشخصية والأكاديمية.

ومن الجدير بالتنويه له أن هذه المستويات لا تتحقق إلا بشكل متسلسل، إذ لا يمكن تحقيق مستوى ما إذا لم يتحقق المستوى الذى قبله، فعلى سبيل المثال لا يمكن تحقيق تقدير الذات والآخرين ما لم يتم تحقيق الوعى بالذات والآخرين.

معوقات تنمية الذكاء الوجدانى وإدارة الذات

- تمهيد.
- إهانة الشخصية على حساب تعديل السلوك.
- التشدد فى التربية.
- القوة والعنف والقهر وتأثيرها على القدرات الوجدانية.
- نقص السيروتونين يؤثر على الذكاء العاطفى.
- القيام بمهام الأبناء وعدم تركهم يعتمدون على أنفسهم.
- عدم مشاركة الطفل ألعابه.
- النقد الهدام.
- المدح على القدرات يصل بالشخص إلى الغرور.
- السخرية القاتلة.
- تكليف الأبناء ما لا طاقة لهم عليه.
- العقاب المبالغ فيه على الخطأ.
- نصائح تربوية للتغلب على هذه المعوقات.

تمهيد:

يحتاج المربى أن تكون له أهداف واضحة وخطوات محددة وهو يتعامل مع أولاده، ولا سيما حينما يريد بناء شخصيتهم على أحسن صورة. وفيما يلى أهم النصائح التى تساعد المربى على بناء شخصية جيدة.

إهانة الشخصية على حساب تعديل السلوك:

يستخدم بعض الآباء عبارات خطأ فى متابعة أولادهم بحجة أن هذا هو الأسلوب الجيد الذى يحقق نتائج جيدة. ومن الأساليب الخطأ فى التوجيه: أنت غبى، أنت كسول، أنت كذاب، أنت مشكلة حياتى... وغيرها من العبارات التى تشير دائمًا إلى إهانة ذات الابن وتضعف نظرته لذاته.

وبالتالى لكى يساهم معنا المربى فى تكوين شخصية سوية يحرص على ما يأتى:

- أن ينتقد السلوك ولا ينتقد الشخصية.
- عندما يريد توجيه أحد الأولاد ينظر إلى الإيجابيات أولاً ويمدحه على ذلك، ثم بعد ذلك يذكر السلبيات ويبدأ معه فى تعديلها. أو بعبارة أخرى انظر إلى نصف الكوب المملوء.

مثال:

عندما أريد أن أوجه الطفل أو المراهق لسلوك ما أقول له: أنت جيد ومؤدب، ولكن ما تقوم به من سلوك يعد أمرًا سيئًا، فاحرص على أن تمنع نفسك عنه.

شعار تربوى:

لا تهن شخصية ابنك مهما كانت الأهداف.

التشدد فى التربية:

إن مؤسسات التنشئة الاجتماعية، كالأسرة والمدرسة والجامعة والمسجد والنادى ووسائل الإعلام والاتصال المختلفة وغيرها، تمثل جيل الآباء فى تحمل مسئولية هذه

الأمانة؛ فإذا لم تتوحّد هذه المؤسسات فى أهدافها التربوية فى إبعاد جيل الأبناء عن التشدد والتطرف وتفعيل دور الشورى وإفساح المجال لثقافة الحوار فى مقابل ثقافة الصمت، وثقافة التواصل ذى الاتجاه الواحد، شعر الشباب بالتبعية والقهر، الأمر الذى ينعكس على المجتمع بالسلب، حيث يندفع الشباب إلى الانحراف من أجل تحقيق ذواتهم وإثباتها، ويكون ذلك إما بالتشدد لإثبات الهوية الدينية أو الانفلات والانفتاح والتحرر لإثبات الهوية المتحررة.

وعليه فإنه لا بد أن تكون الأساليب التى تتبعها كل مؤسسات التنشئة الاجتماعية، أساليب تقوم على التواصل المزدوج ذى الاتجاهين وليس الاتجاه الواحد، لتكسر جدار ثقافة الصمت وتستبدل به الحوار البناء؛ كما تحول ثقافة التبعية والقهر إلى ثقافة الإنتاج والانتماء الجماعى.

لا بد أن يربى جيل الآباء فى جيل الأبناء أن إثبات الذات الإيجابى لا يتحقق بالتشدد أو بالانحلال، وإنما يتحقق بتوعية الجيل بأهداف الأمة العامة والخاصة من هذه الحياة لإيجاد جيل مستنير يتعامل بإيجابية مع التحديات التى تواجهها الأمة، ومحاكمة الأمور بمنطق العقيدة، ومنطق العلم، ومنطق العقل، .

وأن نتذكر قول الله تعالى: ﴿ **إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِندَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ** ﴾ [الحجرات: ١٣]، و قوله تعالى: ﴿ **وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ لَجَعَلَ النَّاسَ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلا يَزَالُونَ مُخْتَلِفِينَ** ﴾ [هود: ١١٨]. ، و لاننسى منطق الرحمة.

ونتذكر قول الرسول ﷺ: «**ما دخل الرفق فى شىء إلا زانه**».

ونتذكر منطق الصبر والتواصى به، ومنطق العطاء والمبادرة، ومنطق الشعور بالمسئولية، ومنطق المحبة ومنطق عامل الناس بما تحب أن يعاملوك به، ومنطق الاهتمام بالآخرين، ومنطق التعاون فيما اتفقنا عليه، وليعذر بعضنا البعض فيما اختلفنا فيه، ومنطق اختلاف الرأى لا يفسد للود قضيه. .

ومنطق الإمام الشافعى الذى قال: «رأيى صواب يحتمل الخطأ ورأى غيرى خطأ يحتمل الصواب».

ومنطق اختلاف الأئمة رحمة.

ومنطق (من أعجب برأيه ضل، ومن استغنى بفعله زل، ومن تكبر على الناس ذل).

ومنطق (لو يحاسب الإنسان نفسه كما يحاسب غيره لقل خطؤه ولقرب من الكمال).

ومنطق حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، ومنطق ولاتزكوا أنفسكم.

ومنطق من قال هلك الناس فهو أهلكهم.

ومنطق«بشّروا ولا تنفروا».

لذا يحتاج الآباء أن يربوا أنفسهم وأبناءهم على هذه المعايير السابقة، وكذلك لو ربّى الآباء الأبناء على منطق عدم قبول الجهر بالسوء، ولو ربينا الأبناء وفق منطق قوله تعالى: ﴿ وَكَذَٰلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا ﴾ [البقرة: ١٤٣]، ولو ربيناهم على منطق التاريخ الذى يظهر فيه قول الشاعر محمد إقبال:

إذا الإيمان ضاع فلا أمان ولا دنيا لمن لم يحى دينًا

لو قامت جميع مؤسسات التنشئة الاجتماعية بتربية أبنائها على منظومة المنطق السالفة، لكنا بصدد تكوين جيل جيد بعيد عن الانحراف وبعيد عن الطرف، محب لنفسه ولوطنه ولدينه. ويمتلك شخصية متوازنة. ذات ذكاء وجدانى عال.

شعار تربوى:

البعد عن التشدّد يساعد الأبناء على تنمية قدراتهم:

القوة والعنف والقهر وتأثيرها على القدرات الوجدانية:

ننصح الآباء والمعلمين بعدم اللجوء إلى أسلوب يجعل الطفل يشعر بالذنب والتأنيب؛ لأن ذلك يؤدى إلى نوعين من النتائج السلبية وهما توتر العلاقة بين الآباء والأطفال والتأثير على ثقة الطفل بنفسه.

إتاحة جو من الراحة والاطمئنان بعيداً عن الخوف والقهر والضغط .

نقص السيروتونين يؤثر على الذكاء العاطفى:

يعتبر «السيروتونين» أحد الكيماويات التى يطلق عليها اسم «الموصلات أو الناقلات العصبية» التى تعمل على إثارة ردود الفعل العاطفية لدى الطفل ، وذلك عن طريق توصيل أو نقل رسائل عاطفية من المخ إلى مختلف أجزاء الجسم . ولا يمكن إغفال تأثير مادة «السيروتونين» بالنسبة إلى حياة الطفل العاطفية ، والتى لا يحتاج إنتاجها إلى أكثر من ابتسامة ، لأنها تؤثر على عدد من أجهزة الجسم كدرجة حرارته وضغطه ، فضلاً عن الهضم والنوم .

وتساعد هذه المادة الأطفال فى التغلب على الضغوط التى يتعرضون لها ، إذ إن زيادة معدل «السيروتونين» يصاحبه دائمًا نقص فى العدوانية والكراهية .

القيام بمهام الأبناء وعدم تركهم يعتمدون على أنفسهم:

يخطأ بعض الآباء فى التعبير عن حبه أو حرصه على أبنائه فى أنه يقوم ببعض العادات التى تؤثر تأثيراً سلبياً على شخصية الأبناء ، ومن هذه العادات أن يكون الطفل جالسًا وأحد الآباء يقوم بواجباته أو بأشياء من السهل على الابن إنجازها .

وبالتالى مثل هذه المواقف تؤثر على تكوين الشخصية تأثيراً سلبياً وخاصة الجانب الوجدانى .

شعار تربوى:

لا تنجز لطفلك ما يستطيع إنجازه لنفسه.

عدم مشاركة الطفل فى ألعابه:

تعد الألعاب فى السن الصغيرة وسيلة مهمة فى تكوين الشخصية وتدريبها على السلوكيات الجيدة ، حيث يكون مع اللعب متعة وتعلم ؛ ولذا ينبغى أن يحرص الآباء على تخصيص وقت للعب المشترك مع أولادهم .

شعار تربوى:

شارك طفلك فى الألعاب التى تنمى لديه مهارات الشخصية المستقلة .

النقد الهدام:

يعد المدح أو الشكر على الإنجاز حتى ولو قليلاً من الوسائل التى تحفز الابن على الإنجاز الكبير . ولذا من أسباب بناء الشخصية السوية أن يحرص المربى على المدح أفضل من التأنيب .

شعار تربوى:

بارك مجهودات طفلك بدلاً من تأنيبه على النتيجة.

المدح على القدرات يصل بالشخص إلى الغرور:

فالمدح على القدرات أحيانًا يصل بالشخص إلى الغرور ، أما المدح على مجهوداته فيساعد الشخص على مواصلة العمل وبذل مجهودات أخرى . والسعى إلى التميز وإضافة شىء جديد إلى الشخصية .

شعار تربوى:

امدح طفلك على مجهوده بدلاً من مدحه على قدراته.

السخرية القاتلة :

الطفل الذى لا يتعرض للإهمال والسخرية وإصدار الأحكام يكون أكثر قدرة على الاستجابة والتواصل مع الكبار . وتسهم فى وضع صفة إيجابية فى شخصيته .

شعار تربوى:

لا تقترب من السخرية فى تعاملك مع الأبناء.

تكليف الأبناء ما لا طاقة لهم عليه:

يحتاج أن يتذكر المربى أن مع الحرص على تكليف الأولاد ببعض المهام التى تصقل شخصياتهم وتزيد خبراتهم على أن لا يستخدم مهام أكثر من طاقاتهم فتحول الدافعية إلى إحباط وتصيب شخصياتهم بكثير من المشكلات .

ولذا...

احذر من : إشراك الأولاد فى الأعمال التى لا طاقة لهم بها .

نصيحة تربوية:

بدلاً من مكافأة طفلك على درجاته أو إتمام واجباته ساعده على تدبر قيمة ما أنجزه، لا باعتباره وسيلة للحصول على المكافأة.

وهذا الأمر يجعل للأولاد قدرة على التعلم من الإنجاز والتدبر فى الطرق التى جعلت منه شخصًا ناجحًا، فتساعده على مواصلة التميز والنجاح .

العقاب المبالغ فيه على الخطأ:

كثيراً ما يخطئ بعض الآباء فى المبالغة على تقييم الخطأ وجعل الطفل ينظر لنفسه نظرة سلبية أنه أقل من الآخرين، وكل ذلك من المؤثرات السلبية فى بناء الشخصية . أما عندما يعلم الابن بأن الخطأ أمر وارد، ولكن الشخص المميز هو الذى يتعلم من الخطأ حتى لا يعود إليه مرة أخرى .

ولذا...

بدلاً من سؤاله : لماذا أخطأت؟ اسأله : ماذا تعلمت من خطئك؟

نصيحة تربوية:

علِّم طفلك أن الخطأ من ضروريات التعلم.

نصائح تربوية للتغلب على هذه المعوقات:

يحتاج كل مربٍّ حريص على أن ينمى الذكاء الوجدانى فى أبنائه أن يتبع النصائح التالية:

- بث الثقة فى نفس طفلك، وتعامل مع إنجازاته بشكل إيجابى من خلال أسلوبك وألفاظك وتصرفاتك .
- نمِّ شعور طفلك واحترامه لذاته، وذلك باحترامك له ولقدراته . وتشجيعه على احترام نفسه واحترام الآخرين .

- اجعل لطفلك نبتة صغيرة فى حجرته وعلِّمه كيف يرويها ويعتنى بها ويضعها فى المكان الأمثل للضوء. واعلم أن مثل هذا السلوك يضيف إلى ابنك الكثير من الصفات الإيجابية فى شخصيته.
- اجعله يشعر بقيمته. ويمكن استخدام العديد من الوسائل، ومنها إن كان لدى طفلك القدرة على الرسم يمكن أن تضع أعماله الفنية فى مكان مخصص بالبيت، وعلِّق آخر رسوماته بعد وضعها فى إطار جميل.
- هنئ طفلك على الأعمال التى أنجزها بشكل جيد. مثل: تنظيف حجرته أو حصوله على درجات مرتفعة.
- علِّم طفلك التعامل مع الأخطاء دون أن يشعر أنها نهاية العالم.

فمثلاً: إذا كانت الدرجات الشهرية أقل من المتوقع فلا تصرخ فى وجهه أو تلومه بل اسأله عن الدرجات التى يود الحصول عليها، وساعده فى اكتشاف الطريق الأمثل لتحقيق هدفه.

- تحلَّ بالصبر والمثابرة فى تعاملك مع بناء شخصية أولادك ومع المشكلات.

مثال:

دع مشاكل المدرسة تحل فى المدرسة، ومشاكل البيت تحل فى البيت:

فإذا ما تعرض طفلك لمشكلة فى المدرسة ناقشه فيما حدث وما يمكن فعله مستقبلا لتجنب مثل هذه المشاكل. ولا تثقل عليه بنظامك فنظام المدرسة يكفيه.

- دع الأخطاء البسيطة تمر دون الإشارة إليها، فمن يخف الوقوع فى الخطأ يفقد القدرة على الابتكار والإبداع.
- شجِّع طفلك على القراءة فهى من دعائم الشخصية:

فإذا كان محبّاً للحيوانات ابحث له عن قصص الطبيعة، وإذا كان مغرمًا بالفضاء فابحث له عن كتب الخيال العلمى.

- شجِّع طفلك على تحمل المخاطرة، وامدحه إذا جرب شيئًا جديداً، سواء نجح أو لم ينجح، حيث تعد القدرة على الإقبال وتحمل آثار المخاطرة من الدعائم الأساسية فى تكوين الشخصية المبتكرة أو المبدعة.

الذكاء الوجداني كوسيلة للعلاج السلوكي

- تمهيد.
- مفهوم السلوك السلبي ودوافعه.
- أنواع السلوكيات السلبية.
- سبل تعديل السلوكيات السلبية.
- كيفية تعزيز السلوك الإيجابي.
- برنامج علاجي.

تمهيد:

يعد الذكاء الوجدانى المحرك الذى يحرك الذكاءات الأخرى هو الضابط لكل ملامح الشخصية السوية، وهو المقوم لكل شخصية ناجحة ومتميزة.

وبالتالى يمكن أن تكون وسائل تنمية مكونات الذكاء الوجدانى من أهم الوسائل التى تستخدم فى العلاج السلوكى لمشكلات المضطربين أو تحد من انفعالات المتوترين. أو تساعد على تحفيز المتكاسلين.

إن ما يحدث فى شخصية الابن أو الابنة بسلوكيات غير مرغوب فيها، فلا شك أنها محصلة تراكمية لثلاثة عوامل هى: الذات، الواقع، والآخرون.

فمثلاً عند عدم الرغبة فى أداء الواجب، وعدم الاندماج مع الآخرين، وعدم الاقتناع والإصرار على أنه على حق، ويُصرُّ على أن يتبعه الآخر، فإن هذه السلوكيات السلبية وغيرها(كالوقاحة والغش والكذب) تشكل مصدر استفزاز للأهل والمربين مما يئول بهم أحيانًا وبه- الابن- غالبًا إلى الافتقار للتوازن النفسى عند التصرف.

لذا يجب أن ندرك سبب اكتساب الابن هذا السلوك السلبى ودوافعه بموضوعية وواقعية تامة، وأن نتعامل معه بحكمة مع شيء من المداراة، وذلك بنية المعالجة والإصلاح، لا بنية المداراة الأبدية فنسيء له، ويئول بنا الأمر إلى ترسيخ ذاك السلوك فى نفسه أكثر فأكثر(١).

من هنا كان لا بد أيضًا من معرفة أنواع هذه السلوكيات، هل هى(مؤقتة، أم مزمنة) وبالتالى علينا أن نجد الحل لمعالجة هذه الأزمة السلوكية إن صح التعبير..

وفيما يلى نماذج من استخدام الذكاء الوجدانى كوسيلة لتعديل السلوكيات السلبية عن الأبناء.

---

(١) إيمان أحمد ونوس: الحوار المتمدن – العدد: ٢١٣٣ - ١٨/ ١٢/ ٢٠٠٧

مفهوم السلوك السلبى ودوافعه:

وذلك فى رأى (سكنر) عالم النفس السلوكى، فإن السلوك يأتى مكتسبًا من المحيط الاجتماعى، وعلينا أن نفكر بتلك السلوكيات المكتسبة من هذا المحيط لنعمل على تحديدها وتحديد شروطها. كما أن تعزيز الإيجابى وتعديل السلبى ممكن كما فى حالة السلوكيات المؤقتة كالسرقة. حيث تظهر هذه السلوكيات السلبية على شكل تصرف مستهجن يعتمد الظواهر التالية:

- **التكرار**: كل الأطفال يظهرون عدوانية أو خوفًا يؤدى للسرقة أو الكذب، كما أن أغلب الطلاب يتعرضون لتشتت الانتباه داخل الدرس، فربما كانت المشكلة فى المدرّس ذاته، أو فى مثير خارجى، وهذه مشكلة آنية تزول بزوال السبب، أما فى حال التكرار لذات السلوك، ولمرات متعددة، هنا يجب الوقوف عند حالة الابن أو الطالب ومعالجة الأمر لتعديل سلوكه.

- **شدة السلوك**: إذا لم يكن هناك تناسب ما بين مثير السلوك والاستجابة لهذا المثير، فإننا أمام سلوك غير سوى، مثلاً الضحك لمثير عادى لا يتطلب الاستمرار فى الضحك، أو الخوف الشديد من أمر عادى وبسيط، هنا تكون الحالة غير سوية.

- **تلاؤم الاستجابة**: كانعدام الضحك أثناء موقف يستدعى الضحك، فتكرار الحالة تنم عن وجود تبلد فى ردة الفعل، إذًا نحن أيضًا أمام حالة لا سوية.

أنواع السلوكيات السلبية:

(١) **الغش**: وقد يبدأ من الطفولة، فإذا كان الأهل غير واعين، فإنهم يساعدون الطفل على تعزيز هذا السلوك السلبى دون إدراك منهم، فالطفل ذكى وحاضر البديهة فى اكتشاف ردة فعل الأهل على تصرف ما يقوم به، فإن وجد ردعًا وتهذيبًا امتنع، أما إذا لم يلاق ذلك استمر، والمجدى أن يتابع الأهل مراقبة سلوك الابن باستمرار لتقويم ما قد يؤذى شخصيته على المدى البعيد.

(٢) **الوقاحة**: أى التعامل مع الكبار بطرائق سيئة جداً، وهذا ما نلمسه اليوم لدى الأطفال أكثر من ذى قبل، والسبب فى ذلك:

(٣) **الهروب من المسئولية**: منذ الطفولة وحتى عمر متقدم، وهذا ناتج عن طفولة سلبية تنامت بفعل التربية. وعدم الاهتمام شكل من أشكال السلوكيات السيئة مرتبط بهذا الهروب.

(٤) **الكذب**: هو مسئولية الأهل بالدرجة الأولى، لأنهم يعلمونه لأطفالهم بشكل غير مباشر أثناء تعاملهم اليومى مع الطفل أو مع الآخرين. مثال(قل له إن والدى غير موجود. . !!)

(٥) **التدخين**: هو مسئولية الأهل أيضًا مثل الكذب، إضافة إلى رفاق السوء.

(٦) **سرعة الانفعال**: والتى تأتى نتيجة ردود أفعال يولدها الأهل بحكم تعاملهم مع الطفل من خلال التعامل بعصبية وصوت مرتفع بشكل شبه دائم.

(٧) **الفوضى**: فى البيت أو المدرسة، وهو تعبير عن حالة نفسية غير سوية عندما يكون دائمًا، رغم التوجيهات والتحذيرات (عدم ترتيب الأشياء الخاصة، فقدان أغراضه فى المدرسة).

(٨) **الكسل والتأخر فى القيام بواجباته**، وهنا قد لا يكون للأهل دور فى هذا الموضوع، وإنما عدم متابعة الطفل تؤدى لتعزيزه.

(٩) **السرقة**: هى أمر شبه عادى لدى كل الأطفال من مبدأ اكتشف الأشياء والقيم، لكنها تصبح غير عادية عندما تنشأ عن الأسباب التالية:

- سرقة تعويضية: تنشأ لدى الطفل بسبب إهمال الأهل، ومحاولة الطفل لفت انتباههم إليه فقط ولا لشيء آخر.
- سرقة انتقامية: تأتى كرد فعل على الفوارق المادية والطبقية بينه وبين أقرانه فى المجتمع المحيط.
- رد فعل على حرمان عاطفى، وأكثر ما تظهر الحالة عند الفتيات اللواتى لا يلقين الاهتمام الكافى من الأم لا سيما فى فترة المراهقة، وهذا قد يؤدى بالفتاة للانحراف.

- سرقة من أجل عقاب الذات على سلوكيات لا يرضى عنها الابن، فيقوم بالسرقة انتقامًا من ذاته، ليعزز النظرة السلبية تجاهه.

- سرقة المغامرة واستكشاف المقدرات لديه- الطفل- وإثبات الذات.

- السرقة الشائعة، والتى يقوم بها الابن للهروب من وضع مادى سيئ.

كل منّا لديه إمكانيات وقدرات قد لا يعرفها فى ذاته، أو قد لا يستطيع استغلالها أو إظهارها بالشكل اللائق، وهذا نوع من سلوك سلبى قد يتجاوزه أفضل منّا من ذوى الاحتياجات الخاصة.

فالطفل السوى تكون طاقاته وميوله قصدية إرادية، بمعنى أنه يحدد أهدافه ويعمل على تنمية مواهبه إرادياً، ويستغل الوقت بشكل أفضل.

أما الطفل اللاسوى فإن طغيان الميول الاندفاعية لديه تدفعه إلى هدر إمكاناته وطاقاته بلا جدوى، فيقع فريسة العجز عن إدارة ذاته، ومحاولة اكتشاف قدراته، حتى فى اللعب أو سواه، وبالتالى يلجأ للانطواء والانزواء عن محيطه، أو يتعرض بشكل دائم للتشتت والفوضى والانهزام والخروج الدائم إلى الشارع.

سبل تعديل السلوكيات السلبية:

من المهم جداً فهم ما وراء السلوك اللاسوى، ولماذا يتصرف الطفل هكذا؟

إن وراء السلوكيات السلبية واللاسوية عند الأبناء أسبابًا تكمن فى:

- ضغوط دراسية ومدرسية.

- وسائل الإعلام.

- المشاكل الأسرية وطرائق التربية التقليدية، ونظرة الآباء للضغوط التى يعانون منها، والتى تؤدى لنشوب إما حرب باردة مع الزوج والأبناء على شكل لوم وتأنيب دائم، أو حرب ساخنة كاستعمال الضرب لدى أى أمر فى البيت.

- ضغوط اقتصادية واجتماعية، مثل خروج الأم للعمل بسبب الضغط الاقتصادى، وعدم مساعدة الزوج والأبناء لها فى مهام البيت، وهذه الأعباء تؤدى بها للتقصير

تجاه الأبناء من الناحية التربوية والعاطفية، وبالتالى لا يكون لديها متسع من الوقت لتعديل بعض السلوكيات السلبية عندهم.

هنا على الأهل تعديل أسلوب الحياة داخل البيت من خلال محاولة التخفيف من الأعباء والمهام الكثيرة التى يرهقون فيها أنفسهم(الولائم، الزيارات الاجتماعية، وحتى أمور البيت ومتطلباته) أى محاولة تنظيم يوميات الأسرة من خلال إشراك الأولاد فى بعض مهام البيت من تسوق وتنظيف وما إلى ذلك من أمور، أيضًا، وإعادة ترتيب الأولويات فيها، ولا أعتقد أن هناك أهم من أولوية أساسية فى حياة الأبوين من تربية الأبناء والاهتمام بهم، من خلال تخصيص جلسات عائلية ودية يسودها الدفء والمحبة، يستمع فيها كل فرد للآخر باحترام وتبادل حر للرأى.

أيضًا، إذا كان يسود جو الأسرة بعض المشاكل، فيجب اتخاذ قرار من شأنه أن يحد من درجة التوتر إن كان بين الزوجين أو بين الأولاد. ولم يستتب الأمن الداخلى فى البيت على الأهل الانتباه لتعديل سلوكيات الأبناء السلبية.

كيفية تعزيز السلوك الإيجابى:

- منح الحب والحنان للأطفال ومشاركتهم بعض النشاطات الممتعة، كاللعب والرقص والغناء والرسم. . . والابتعاد عن تعويض الابن ماديًا، لأنه بحاجة للإحساس بالدفء والحب والحنان أكثر، إن ضعف العلاقة الودية والمشاركة الاجتماعية مع الأبناء هى وراء ممارستهم لبعض السلوكيات السلبية.
- إعطاء الطفل بعض النشاطات الروتينية مثل توقيت كتابة الواجبات بزمن محدد، ومن ثم مشاهدة التلفزيون أو اللعب، والذهاب للنوم فى وقت محدد، قد يسمح بتجاوزه قليلاً لأن الطفل ليس آلة إلكترونية. هنا تكون سلوكياته آمنة لإحساسه بالتنظيم والاستقرار، والعكس صحيح لأنه يؤدى إلى فوضى داخلية تنعكس على السلوكيات غير المرغوبة.

التركيز على السلوك الإيجابى وتعزيزه، بذات الدرجة التى يتم فيها التنبيه عن السلوكيات السلبية؛ لأن التعزيز عامل محفّز لدى الطفل على الاستمرار فى ممارسة

ما يحبذه الأهل. وكلما كان الأشراف والانتباه أكثر كان التعزيز أكبر والعكس صحيح، ويمكن أن يقترح المربى إنشاء صندوق داخل الأسرة نسميه صندوق السلوكيات الجيدة خلال اليوم، فكلما قام الطفل بعمل أو سلوك جيد نضع له فى الصندوق ما يشير إلى ذلك، ثم نفتحه فى نهاية اليوم ليكتشف الطفل كم كان إيجابياً أو سلبياً فيحاول تعزيز إيجابياته، وهذا من شأنه أن يقلص بعض السلوكيات الخطأ بدل تذكيره دائمًا بسلبياته.

- صورة الطفل عن ذاته، مثلاً قول الأم الدائم فى حديثها مع الآخرين (ابنى مجنّنى. !) هنا تتشكل لدى الطفل صورة سلبية عن ذاته تدفعه للتصرف على أساسها وحسبما تصفه الأم، فما نصف الطفل به يفعله متعمدًا أحيانًا- وهنا يكون السلوك مكتسبًا وليس فطرياً- وعلينا أن نعزز ما نريده منه وله كأن نقول له: (أنت طفل طيب، متعاون، محب، و. . . إلخ).
- الابتعاد عن النعوت السلبية التى نناديه بها من مثل(يا غبى، يا مجنون. . . الخ) ومحاولة استخدام سلوك معين للوصول بالطفل نحو الصفة الإيجابية فيبتعد تلقائياً عن السلبية.
- الهوايات والإمكانيات. . هنا على الأهل الابتعاد قدر الإمكان عن نظرة أن قيمة الابن تكون من خلال تحصيله العلمى (محبة الابن المتفوق دراسيًا أكثر) المهم هو تنمية المواهب والهوايات لديه، لأنه ربما يشعر بالإحباط بسبب ضغوط الدراسة، مما يدفعه للخوف من عدم قدرته على إرضاء الأهل ومحبتهم، وهذا بدوره يؤدى به للفوضى والعناد.
- التعبير عن المشاعر. . إن العناد أو الكلام الوقح الصادر عن الطفل، ما هو إلاّ تعبير عن مشاعر مكبوتة وحالة نفسية معينة على الأهل معرفتها والتخفيف من حدة انفعاله من خلال فسح المجال أمامه للتعبير عمّا فى داخله من مشاعر سلبية، لا سيما تجاه الأهل، كل ذلك يكون بمنتهى الحب والدفء والحنان، وهذا من شأنه أن يمنحه الثقة بنفسه وبالأهل، وبالتالى التعامل بصراحة معهم.

- الاعتماد على نفسه فى حل مشاكله، وابتعاد الأهل عن التدخل بشكل مباشرة (وقوع الطفل على الأرض وإسراع الأم لمساعدته) هذا التصرف يشعره بعجزه عن التصرف منفردًا، إضافة إلى محاورته فى المشكلات التى يتعرض لها، والاستماع إليه، وهذا يدفعه لاكتشاف الحلول بنفسه وبقدرته على التصرف.

- تكرار السلوك الخطأ يحتاج للحزم وبشدة فى بعض الأحيان، حتى لا يصل الطفل لحالة من اللامبالاة أو عدم الاهتمام، مع الانتباه لنبرة الصوت وملامح الوجه أثناء التعامل معه بحيث يكون الوضع أقرب إلى المودة الحازمة القائمة على خلفية علاقة إيجابية متبادلة، لأنه وفى عكس الحالة، أى التعامل بقسوة ورعب، فإنه ربما يُصغى للأهل بحضورهم ويتمرد بغيابهم.

- تنمية السلوكيات الاجتماعية الجيدة مثل التعاون مع الآخرين، والإيثار(قيام الطفل عن مقعده لرجل مسنّ فى الباص) وتنمية السلوك الغيرى لأنها تؤدى لسلوكيات أخرى لا تؤذى الآخرين، لأن ما نلحظه اليوم من سلوكيات تعزز الذاتية والأنانية، بدلاً من التفكير بالآخر، أو وضع نفسه مكانه.

- النموذج. . واحتفاظ الطفل بنموذج الأهل وتصرفاتهم، أى أنهم قدوة له. فعلى الأم -مثلاً- أن تنتبه لردة فعلها تجاه تصرف قام به الزوج أو الابن، ومراجعة الذات أثناء تقييم سلوك الابن(آسفة ماما كنت متسرعة فى حكمى على ما قمت به اليوم. . . كنت طيبًا) لأن الابن صورة مصغّرة ومكتسبة عن تصرفات الأهل سلبًا أم إيجابًا.

- الابتعاد عن المقارنة بينه وبين إخوته أو أصدقائه؛ لأن هذا الفعل يدفعه للتوتر الداخلى والغيرة منهم وحتى كرههم. بل على الأهل اعتبار كل طفل من الأبناء بصمة فريدة فى حد ذاتها لا يمكنه أن يتشابه حتى مع إخوته. ولا يمكننا اعتبار الطفل المطيع طفلاً مريحًا، لأنه ينم عن شخصية سلبية غير قادرة على حمل المسئولية مستقبلاً، وهنا على الأهل القبول ببعض العناد لأنه نابع عن شخصية فعّالة وإيجابية.

إن الأهل هم الأقدر على اكتشاف مفتاح شخصية الابن، ولكل منهم مفتاحه الخاص به، والتربية الحقيقية والصالحة تحتاج إلى أعصاب باردة وقلب كبير حنون، ونفس طويل طويل، فالأم المضطربة والعصبية لا يمكنها تعزيز سلوكيات إيجابية لدى ابنها في أجواء متوترة ومضطربة دائمًا.

برنامج علاجي:

يقدم الدكتور محمد البحيرى نموذجًا لبرنامج عملي لخفض حدة المشكلات السلوكية بواسطة تنمية الذكاء الوجداني[1]:

ويحتوى البرنامج على (٢٣) جلسة بواقع ثلاث جلسات أسبوعيًا، ومدة الجلسة (٤٥) دقيقة. وتكون الجلسات كما يلي:

الجلسة الأولى: تمهيدية موضوعها التعريف بالبرنامج:

الهدف منها: يتعرف المعالج على الأطفال، ويتعرف الأطفال بعضهم على البعض، وتعريف الأطفال بالبرنامج، ومعايير الجماعة والجلسات، والاتفاق على مواعيد الجلسات، وحثهم على ضرورة التواجد دائمًا.

إستراتيجيات الجلسة:

- المشاركة الجماعية.
- إظهار المشاعر.
- الحوار والمناقشة.

إجراءات الجلسة:

ينصح بأن تكون جلسة التعارف في رحلة محببة للأطفال في مكان يحقق لهم الانسجام والفرح، وذلك لزيادة روح الألفة بين المعالج والأطفال.

الجلستان الثانية والثالثة:

موضوعها التعرف على الانفعالات المختلفة وتسميتها وتمييزها، وكذلك التعرف على انفعالات الآخرين من خلال أصواتهم ووجوههم.

(١) محمد البحيرى، مجلة دراسات نفسية، المجلد ١٧ العدد الثالث، يوليو، ٢٠٠٧.

إستراتيجيات الجلستين:

- النمذجة . .
- الحث والتشجيع .
- التعزيز .
- المقارنة .
- التخيل .
- إظهار المشاعر .

إجراءات الجلستين:

- يمكن عرض مجموعة من الصور لانفعالات (الغضب - السعادة - الخوف - الدهشة -القلق) على الأطفال وطلب منهم الربط بين اسم الانفعال والصورة المعبرة، ويتم تعزيز الاستجابات الصائبة .

- يتم عرض فيلم فيديو يحتوى على العديد من الانفعالات وطلب من الأطفال التعرف عليها لمعرفة هل هناك فرق بين انفعال الطفل والراشد أم لا؟

- يطلب من كل طفل على حدة نمذجة انفعال معين والشعور به، ويطلب من زملائه التعرف على هذا الانفعال ثم مناقشة الفروق بين الانفعالات سواء من حيث التعبير الصوتى أو الوجهى .

الجلسات (٤ - ٩- ١٤- ١٩):

موضوعها (تنمية بعد الوعى بالذات والانتباه للمشاعر)

الهدف منها:

تهدف الجلسات إلى تدريب الطفل على التعرف على مشاعره الداخلية، وفهمها والتعبير عنها، بالإضافة إلى تنمية ثقته بنفسه وملاحظته لذاته، هذا فضلا عن تحويل الحوار الذاتى السلبى إلى إيجابى .

إستراتيجيات الجلسات:

- التوجيه اللفظى .
- التغذية الراجعة .
- الحوار والمناقشة .
- إعادة البناء المعرفى .
- الإفصاح عن الذات .
- النشاط المنزلى .

إجراءات الجلسات:

- مناقشة الواجب المنزلى فى الجلسات السابقة لهذه الجلسات(٨- ١٣ - ١٨) . . لمعرفة مدى استفادتهم من إجراءات البرنامج فى حياتهم اليومية . وقدتهم على تنظيم الانفعالات وإدارتها .
- سرد قصة عاطفية فيها مساعدة للآخرين وفيها مشاعر انفعالية ، والتوقف عند أجزاء منها وسؤال الأطفال . ما هو المتوقع فى المرحلة القادمة من القصة؟ لإبراز الوعى بالمشاعر الداخلية عن الأطفال . وسؤال الأطفال عن شعوره لو كان مكان الشخص الذى فى القصة؟ وتعزيز استجابات الأطفال الجيدة ، والسماح للأطفال لمقاطعة المعالج أثناء سرد القصة لتوجيه أسئلة ملحة .

- النشاط والواجب المنزلى:

يتم تسليم الطفل كراسة يطلق عليه دفتر المشاعر اليومية ، ويطلب منه أن يكتب فيها مشاعره إزاء المواقف التى ستوجهه وذلك بدءاً من انتهاء الجلسة وحتى الجلسة التالية .

- الجلسات (٥- ١٠ -١٥- ٢٠):

موضوعها (تنمية التعاطف مع الآخرين).

- الهدف منها:

تنمية مشاعر التعاطف لدى الطفل وشعوره بهموم الآخرين ، وكذلك مراعاة لمشاعر

الآخرين، وهذا فضلاً عن تدريبه عن فهم انفعالاته وانفعالات الآخرين، وأخيراً تدريبهم على أعمال تتسم بالشفقة.

إستراتيجيات الجلسات:

- انتقال الخبرة.
- الحوار والمناقشة.
- المقارنة.
- إظهار المشاعر.
- المشاركة الجماعية.
- النشاط المنزلى.

إجراءات الجلسات:

- مناقشة ومراجعة النشاط والواجب المنزلى للجلسات (٤- ٩-١٤- ١٩) مع الأطفال لمعرفة مدى الوعى بالذات والانتباه للمشاعر لديهم.
- تقديم فيلم فيديو، ومناقشتهم فى المواقف التى تستوجب التعاطف، ونمذجة بعض أدوار الفيلم الخاصة بالتعاطف على الأطفال لتدريبهم على الشعور بهموم الآخرين (جلسة ٥).
- سرد قصة زيارة مريض، والتوقف عند بعض أجزاء القصة، وسؤال الأطفال عن مدى تخيلهم للموقف التالى خاصة الموقف التى تستوجب التعاطف، وتعزيز الاستجابات المتعاطفة (الجلسة ١٠).
- إجراء مباراة فى لعبة كرة القدم، وتقسيم الأطفال إلى أربعة فرق، بحيث يواجه كل فريقين بعضهما البعض، ويكون المعالج مع الأطفال الباقين خارج الملعب ليشاهد المباراة ويبرز المواقف التى تستوجب التعاطف مثل سقوط لاعب ضربه أحد لاعبى الفريق المنافس، أو التعاطف مع الفريق الخاسر (جلسة ١٥).

- يطلب من كل طفل ذكر بعض المواقف الحياتية التى قابلته والخاصة بالتعاطف ومناقشتها مع زملائه (جلسة ٢٠).

النشاط والواجب المنزلى:

يطلب من كل طفل أن يكتب المواقف التى ستمر عليه وتستوجب التعاطف، ويكتب تصرفه فى هذه المواقف، ومدى رضاه عن هذا التصرف.

الجلسات (٦- ١١- ١٦ -٢١):

موضوعها (تنمية بعد تنظيم الدافعية وحفز الذات)

الأهداف:

تهدف إلى تدريب الطفل على تأجيل رغباته الحالية، وتدريبه على حل المشكلات لتنمية ثقته بنفسه، وكذلك تنمية الدافع للإنجاز لديه.

إستراتيجيات الجلسات:

- الحث والتشجيع.
- التعزيز.
- طرح البدائل.
- التحليل والمقارنة.
- الحوار والمناقشة.
- النشاط المنزلى.

إجراءات الجلسات:

- مناقشة ومراجعة النشاط والواجب المنزلى للجلسات (٥- ١٠ - ١٥ - ٢٠) مع الأطفال لمعرفة مدى النمو فى بعد التعاطف مع الآخرين لديهم.
- سرد قصة تتكلم عن المكافأة والتوقف عند بعض أجزائها وسؤال كل طفل عن رد فعله لو كان فى موضع أحد أفراد القصة، وتعزيز الاستجابات التى تميل إلى تأجيل الرغبات والإشباع من أجل الوصول إلى هدف أكبر (جلسة ٦).

- تقسيم الأطفال إلى فريقين للقيام بلعبة شد الحبل وحثهم على المبادرة وتدريبهم على الثقة فى أنفسهم وتنمية دافعيتهم للإنجاز (الجلسة ١١).

- عرض بعض المشكلات التى تحتاج إلى حلول وتدريب الأطفال على إيجاد حلول لها بعد تقسيمهم إلى عناصر ودراسة العلاقات بين هذه العناصر (الجلسة ١٦).

- عرض بعض النماذج من العلماء والمشاهير، ومناقشتهم فى كيفية الوصول إلى هذه المكانة، وذلك لتدريب الأطفال على استثارة وخلق دافعية ذاتية والاستعداد لاستغلال الفرص من خلال تحديد كل منهم لأهدافه وثقته فى قدراته (الجلسة ٢١).

النشاط والواجب المنزلى:

يطلب من الطفل أن يكتب المواقف التى ستواجهه واستطاع فيها كسب لعبة ما أو حل مسألة معينة، ويكتب تصرفه فى هذه المواقف، ومدى فكرته عن نفسه قبل تقديم الحل.

الجلسات (٧-١٢-١٧-٢٢):

موضوعها (تنمية بعد تنظيم العلاقات الاجتماعية).

الهدف منها:

تهدف إلى تنمية المهارات والتواصل الاجتماعى لدى الطفل وتدريبه على قبول رأى الآخر وكيفية تقديم النقد، وكيفية قيادته لزملائه، واكتساب أصدقاء منهم.

إستر تيجيات الجلسات:

- التقاء العينين.
- التعزيز.
- انتقال الخبرة.

- التحليل والمقارنة.

- الحوار والمناقشة.

- النشاط المنزلى.

إجراءات الجلسات:

- مناقشة ومراجعة النشاط والواجب المنزلى للجلسات (٥- ١٠- ١٥- ٢٠) لمعرفة مدى النمو فى بعد تنظيم الدافعية وحفز الذات لديهم.

- يتم تقسيم الأطفال إلى مجموعتين ويتم إجراء مسابقة فى بعض المعلومات البسيطة، وذلك لتدريبهم على التواصل الاجتماعى. ومناقشة الفريق الخاسر للتعرف على من منهم سبب الخسارة لتدريبهم على قبول النقد ورأى الآخر (جلسة ٧).

- سرد قصة الصديق الوفى والتوقف عند بعض أجزاء القصة للتعرف على رأى كل منهم فى أفعال هذا الصديق، وتعزيز الاستجابات التى تميل لتكوين الصداقة (الجلسة ١٢).

- تعرض بعض المواقف التى قد تستثير العدوان لدى الطفل (كالاعتداء عليه، أو سرقة أشيائه أو تمزيق كتبه . . . إلخ) ويتم التعرف على ردود أفعال الأطفال على مثل هذه المواقف وتعزيز ردود الأفعال التوكيدية (جلسة ١٧).

- يطلب من كل طفل عرض بعض الأمثلة الحياتية التى تدل على التعاون والمشاركة الاجتماعية للآخرين، وخاصة فى المواقف السعيدة كالأفراح والاحتفال بالنجاح (جلسة ٢٢).

النشاط والواجب المنزلى:

يطلب من كل طفل كتابة المواقف الاجتماعية المختلفة التى ستوجهه وردود أفعاله تجاه هذه المواقف.

الجلسات (٨- ١٣ -١٨- ٢٣):

موضوعها: (تنمية بعد تنظيم الانفعالات وإداراتها)

الهدف منها:

تدريب الطفل على ضبط انفعالاته ومعرفة أسبابها وكيفية التحكم فيها، وتنمية قدرته على الاسترخاء، وأن يستطيع الطفل التعبير عن انفعالاته بطريقة إيجابية.

إستراتيجيات الجلسات:

- النمذجة.
- تعبيرات الوجه.
- الحث والتشجيع.
- الاسترخاء.
- الحوار الذاتى.
- النشاط المنزلى.

إجراءات الجلسات.

- مناقشة ومراجعة النشاط والواجب المنزلى للجلسات (٧ - ١٢- ١٧- ٢٢) مع الأطفال لمعرفة مدى النمو فى بعد تنظيم العلاقات الاجتماعية.
- القيام بلعبة كرة السلة، والتى تتكون من كرة واحدة، وعلى كل طفل الحصول على هذه الكرة وضربها فى الأرض بيديه مثل كرة السلة حتى يصل إلى حلقة السلة. وقد صممت هذه اللعبة بهذه الطريقة لأنه لحصول الطفل على الكرة ووصوله بها إلى الحلقة سيعتدى عليه زملاؤه لأخذ الكرة، وكان الهدف هو تدريب الطفل على التحكم فى غضبه. (الجلسة ٨)
- تدريب الأطفال على تفسير المعانى التى تحملها الانفعالات، وكذلك تعريفهم بأسباب بعض الانفعالات كالغضب، والخوف، والحزن، والسعادة)، هذا فضلاً عن دور الأفكار فى حدوث الغضب (الجلسة ١٣).

- يتم تدريب الأطفال على تمرين الاسترخاء العضلى والذهنى، من خلال قائمة التدريب على الاسترخاء (الجلسة ١٨).

- يعرض على الأطفال بعض المواقف المثيرة للغضب، ويتم مناقشة الأطفال فى ردود الأفعال المناسبة والإيجابية بصدد هذه المواقف، ثم يطلب منهم استدعاء أمثلة لبعض المواقف التى أثارت غضبهم ومناقشتها (الجلسة ٢٣).

النشاط والواجب المنزلى:

يمكن أن يكون هذا الواجب من التوصيات الدائمة للأطفال. حيث يطلب من الطفل كتابة المواقف التى ستقابله وتستثير لديه الانفعالات المختلفة وما هى ردود أفعاله تجاه هذه المواقف، وما مدى رضاه عن رد فعله إزاء هذه المواقف...



برامج عملية وأنشطة لتنمية قدرات الأبناء الوجدانية

- تمهيد.
- تعليم الطفل التفاعل مع المحيطين.
- التقليد عامل سلبى فى تشكيل القدرات الوجدانية.
- مهارت عملية فى تكوين شخصية وجدانية.
- القراءة للتنمية الوجدانية والقدرات العاطفية.
- مسابقات لقياس القدرات الوجدانية.

تمهيد:

مع بداية العام الثانى للطفل، تبدأ شخصيته المستقلة بالتكون، وعلى الأسرة أن تعامله كأحد أفرادها من خلال توفير الحاجات المادية الأساسية له مثل: السرير، اللعب، الملابس، والقول: هذه لعبة زكي وهذا سرير زكي وهذا حذاء زكي، ومن خلال ذلك يبدأ الطفل بتكوين فكرة أولية عن ذاته من خلال الحاجات المادية الملموسة العائدة له، وبذلك تبدأ أيضاً شخصيته المادية بالتكون.

كذلك نعمل على تكوين الجانب المعنوى لهذه الشخصية من خلال مناقشته فى شئونه الخاصة وعدم فرض الرأى عليه، بل تعليمه وإقناعه بما هو مطلوب منه وبما يدور حوله، فمثلاً نقول له: هل تريد أن تأكل؟ هل تحب أن تلعب؟

هل ترغب في الخروج معنا؟ أى أننا نستعمل صيغة الاستفهام وليس صيغة الأمر مثل: تعال، اجلس، اذهب، نم، ويأتي دور الأهل هنا من خلال تمضية الوقت الكافى مع أطفالهم وحثهم وتشجيعهم على اللعب والنطق، وهذا يسهم فى نموهم الذهنى والاجتماعى ويزيد من استقلاليتهم واعتمادهم على أنفسهم.

تعليم الطفل التفاعل مع المحيطين:

يتفاعل الطفل مع محيطه ويتأثر بكل ما حوله، ويبدأ بتقليد كل ما يراه ويسمعه بمهارات بالغة، فتفكير الطفل المستمر وانشغاله الدائم بالأشياء، التى يسمعها ويراها، هو الذى يطور شخصيته وينمى مهاراته وإبداعه، كما أنه يخطو باتجاه السلوك الاجتماعى من خلال تقليد المحيطين به، فهو يقلد الأبوين والأشقاء والأقران ويكتسب المعرفة.

ويمكن لهذا التقليد أن يلعب دوراً إيجابياً فى بناء شخصيته إذا توافرت الشروط المناسبة لذلك، مثال على هذا: تقليد الطفل الصغير لأخيه الكبير، والتكلم بطريقة تشبه طريقته، والتصرف مثله، ومن خلال التشجيع والمديح والشرح يمكن تنمية وتطوير شخصية الطفل الصغير بالشكل الإيجابى.

تقول بعض الأمهات عن تصرفات بناتهن : إنها تقلدنى فى كل ما أفعله فى البيت حتى جلوسى أمام المرآة وتلبس ملابسى، فهى تمسك أدوات المطبخ وتحاول أن تعمل بها.

أما عن الولد فإنه يقلد البطل فى برامج الأطفال، حتى بعد انتهائها، حيث يتابع لعبة يتخيل فيها نفسه بطلاً ويقلد الشخصيات، التى يحبها فى أفلام الكرتون. فالطفل بحاجة دائمة للمراقبة والتعليم حتى نساعده على التمييز بين الواقع والخيال، فهو يعجب بالشخصيات التى تطير، ويسعد كثيراً بمراقبتها فى انتصارها على الأشرار. صحيح أنها تعزز قيم الخير عند الطفل؛ لكن يجب أن تقدم بشكل معقول، يتناسب مع قدراته الذهنية وتحت معرفة وإشراف الآباء.

التقليد عامل سلبى فى تشكيل القدرات الوجدانية:

إن التقليد عامل سلبى فى المراحل المتأخرة من عمر الطفل، لأنه يسلبه شخصيته واستقلاله. فالأطفال يقلدون فى البداية، لأنها مرحلة لا بد منها، ولكن المطلوب تعليم الأطفال وتشجيعهم لتكون لهم شخصياتهم المميزة والمستقلة؛ لأن الشخصية المقلدة تكون مضطربة وغير مستقلة وبعيدة عن التطور.

إن طبيعة نمو الطفل تميل إلى التقليد، وأول ما نلاحظه بوضوح هو التقليد فى الأصوات ثم الحركات، وقد يصبح أداؤه مماثلاً لوالديه بالنطق وحتى نبرة الصوت، فإذا قلت له: لا، مع حركة بالإصبع إشارة إلى الرفض، فإن الطفل لاحقًا سوف يقوم بنفس الحركة للدلالة على الرفض.

وفى البداية يقلد الطفل كل شىء، أى أنه يتوجه إلى تقليد الكبار من الآباء أو المعلمين أو نماذج مسرحية أو أبطال على الشاشة، ومع تقدم العمر يصبح التقليد إيجابياً؛ إذ يختار الطفل بعض الأشياء وليس كلها، ويعتبر التقليد إيجابياً عندما يقدم الفائدة والمعلومة الجديدة للطفل، أما عدا ذلك، فإنه تقليد سلبى كما فى حالة الطفل الذى يقلد أخاه الأصغر منه، وهذه حالة تسمى: النكوص (أى رجوع الطفل فى سلوكه إلى سنوات أصغر من عمره.

وإنه لمن المهم جداً الاهتمام بمهارات التفكير الصحيح عن طريق طرح مشكلات تتناسب مع عقلية الطفل وطلب الحل منه، والحوار معه وسؤاله باستمرار ليتوصل إلى الحلول السليمة بنفسه.

ويتعود على الحرية والتفكير المنطقى، وينبغى ممارسة هذه المهارات فى الحياة اليومية مع الطفل وكذلك فى المناهج الدراسية وطرق التدريس، حيث إن الاهتمام بمهارات التفكير يسهم فى استثمار طاقات العقل عنده ويرفعها إلى مستويات عالية تساعد فى نشوء طفل ذكى.

ومن مهارات التفكير: التخطيط، تحديد الهدف، جمع المعلومات، تنظيم المعلومات، الوصف، التلخيص، التطبيق، التحليل، الإنشاء، المقارنة، التعرف إلى الأخطاء، التقويم، إعادة البناء، الاستقراء.

أما أنواع التفكير فمنها: التفكير الإبداعى والعلمى والمنطقى والناقد.

إن نجاح الإنسان وسعادته فى الحياة لا يتوقفان على ذكائه العقلى فقط، وإنما يحتاجان إلى نوع آخر من الذكاء وهو الذكاء الوجدانى.

إن الذكاء الوجدانى عبارة عن مجموعة من الصفات الشخصية والمهارات الاجتماعية التى تمكن الشخص من تفهم مشاعر وانفعالات الآخرين، ومن ثم يكون أكثر قدرة على ترشيد حياته النفسية والاجتماعية انطلاقًا من هذه المهارات.

فالشخص الذى يتسم بدرجة عالية من الذكاء الوجدانى يكون لديه الكثير من القدرات والمهارات وغالبًا يمتلك الصفات التالية:

- يسهل عليه تكوين صداقات جديدة.
- يستطيع أن يتحكم فى انفعالاته.
- يمكنه التعبير عن مشاعره وأحاسيسه بسهولة.
- يميل إلى الاستقلال بالرأى والحكم وفهم الأمور.
- يحسن مواجهة المواقف الصعبة بثقة.

- يشعر بالراحة فى المواقف الحميمة التى تتطلب تبادل المشاعر والمودة.

إن الذكاء الوجدانى يمكن اكتسابه وتعلمه، من خلال الكثير من الأساليب ومنها المحافظة على المشاعر الطيبة والإيجابية عند التعامل مع الآخرين، وأن ندرب أنفسنا جيداً على مواجهة الأزمات بهدوء، وأن نتصدى لحل الخلافات.

ويمكن الاستفادة من الذكاء الوجدانى وتنميته فى دفع العلاقات الأسرية إلى المزيد من الاستقرار، كما أن استخدام مبادئ الذكاء الوجدانى يساعد الوالدين على إنشاء علاقات قوية مع أبنائهما، ويساهم فى تنمية الذكاء الوجدانى عند الأبناء.

ومن ثم فإن الذكاء الوجدانى يلعب دوراً مهماً فى توافق الطفل مع والديه وإخوته وأقرانه وبيئته، بحيث ينمو سوياً ومنسجماً مع الحياة، وكذلك يساعد الذكاء الوجدانى على تجاوز أزمة المراهقة، فالطلاب الذين تمتعوا بالذكاء الوجدانى ازدادت قدرتهم على التأقلم مع الشدة النفسية وانخفضت نسبة التصرفات العدوانية لديهم.

مهارت عملية فى تكوين شخصية وجدانية:

لأجل تحقيق شخصية متماسكة وجيدة وتتمتع بذكاء وجدانى عالٍ، ينبغى اتباع الخطوات التالية:

* ضرورة تنظيم الحياة اليومية للطفل عن طريق تحديد وقت مشاهدة التلفزيون ووقت آخر للعب مع تحديد وقت للنوم بما لا يقل عن ٨ ساعات يومياً.
* تدريب الطفل على الاعتماد على نفسه فى ارتداء ملابسه وتناول الطعام واستخدام الحمام.
* التواصل مع الطفل عن طريق التحدث معه والاستماع إليه ومشاركته اللعب.
* تعليم الطفل كيف يشارك الأطفال الآخرين اللعب وكيف يختلف معهم أحياناً.
* تشجيع المهارات الاجتماعية مثل مساعدة الآخرين والتعاون معهم والاهتمام بهم.
* تعويده على استخدام الكلمات اللطيفة مثل: شكراً ومن فضلك، والتى تساعد على تسهيل علاقاته وإنجاحها مع الأطفال الآخرين.

* وضع ضوابط وحدود معقولة للسلوك بحيث تبتعد عن استخدام العيب.. الحرام والممنوع.

* اصطحاب الطفل إلى الأماكن المختلفة فى البيئة المحيطة مثل الحدائق، والمحال والمكتبة.

* بث قيم العمل والإصرار والمبادرة.

* القراءة ومدى تأثيرها الفعال فى تشكيل شخصية الأبناء وتدعيم العواطف لديهم وتدعيمهم بالمقومات الوجدانية التى تساعدهم على ضبط انفعالاتهم والتحكم فى ذاتهم...

وهذا ما سوف نشرحه بالتفصيل فيما يلى:

القراءة للتنمية الوجدانية والقدرات العاطفية:

تبدأ حياة الإنسان فى عالم المعرفة بسماع من يقرأ عليه ويعلمه، وتنتهى حياة الإنسان بأن يتلو أحدهم عليه ويقرأ عليه الأدعية. حياة الإنسان تبدأ وتنتهى بسماع تلك الكلمات ذات المغزى الدينى والأثر الاجتماعى النفسى. فالسمع المرتبط بالقراءة لا يعتبر فقط بداية الطريق لدروب العلم ولكنه كذلك بداية اكتشاف الحياة وسبر أغوارها. سنناقش فى هذا الموضوع أهمية أن يقرأ الوالدان أو أحدهما للطفل وأثر ذلك على النمو العلمى والعقلى والنفسى والاجتماعى. فالقراءة للطفل ليست للتعليم وحل الواجبات المدرسية فقط، بل لها أصول وقواعد لو اتبعت لغيرت اهتمام الأطفال ونظرتهم إلى الحياة هذا بالإضافة إلى التقدم العلمى فى المدرسة (١).

القراءة كما يعرفها جونسون هى: الحصول على معنى من خلال النص. والقراءة التى أعنيها هى القراءة الجهرية للطفل من قبل الوالدين أو المعلم أو الأخ الأكبر أو صديق. تبدأ القراءة للطفل قبل حتى أن يولد. أثبتت الدراسات فى الولايات المتحدة الأمريكية أن قراءة نفس القصص التى كان يسمعه الرضيع من أمه قبل أن يولد ومنذ أن كان جنينًا تساعد على تهدئة الطفل حاد المزاج كثير البكاء. وبداية القراءة للطفل ليس

(١) د. كريمة مطر.

لها سن محددة، فالطفل من نعومة أظفاره يحب اكتشاف الكون من حوله حتى وإن لم يستطع التعبير والكلام وأفضل طريقة للاكتشاف هى القراءة له.

فوائد القراءة للطفل:

تزيد من الحصيلة اللغوية ومفردات الطفل:

عندما يقرأ القارئ للطفل موجهًا أصبعه إلى الكلمات المقروءة فإن الطفل يتعلم كلمات كثيرة وكيفية استخدامها على أرض الواقع. وهذا الكلام ينطبق حتى على الكتب البسيطة مثل الكتب المصورة وحتى الكتب الأجنبية. ففى كل نوع من الكتب (الحيوان، الحديقة، شرطى المرور، وغيرها) عالم جديد من الاكتشاف ومفردات كثيرة جديدة ليتعلمها الطفل.

تنمى مدارك الطفل وخياله:

من خلال الاستماع ومتابعة القارئ يتعرف الطفل إلى عالم لم تكن له دراية كافية به. فبوسع الأم -أو القارئ- أن تحدث الصغير عن الأشكال الهندسية ووجودها فى الطبيعة فى الحديقة والمنزل (مثلا الدائرة تشبه الصحن وتشبه مقود السيارة وهكذا). ومن خلال القراءة يتعرف الطفل على تجارب الآخرين (أبطال القصص) فى حل المشكلات، مما يعطى الطفل مجالاً للتفكير بصورة أوسع. كما أن القراءة للطفل تدربه على مهارة الانتباه، فالأطفال الذين يقرءون أو يقرأ لهم تكون فترة الانتباه والتركيز لديهم أطول من أقرانهم.

تعلم الطفل السلوك المحبب:

من خلال اختيار كتب معينة يستطيع القارئ غرس قيم أخلاقية، التعريف بقدوات وأبطال، تعليم آداب السير واحترام الكبير والمشاركة فى اللعب وحتى عدم الخوف من إبرة الطبيب. فالكتب العربية الجيدة مهما بدت بسيطة فإنها تحتوى كمّاً من القيم الأخلاقية والتوجيهات فى طى الكلمات.

تزيد من تحصيله الدراسى:

أثبتت الدراسات أن الطفل الذى يقرأ قبل دخوله المدرسة يكون معدل ذكائه (Q)أعلى من أقرانه الذين لم يقرأ لهم. كما أثبتت الدراسات أن أطفال الحضانة الذين

يقرأ لهم أكثر إبداعًا وهدوءًا وأكثر قدرة على المشاركة والتعلم من أقرانهم الذين لم يقرأ لهم. كما تقر الدراسات أن الحصيلة اللغوية والمفردات لهؤلاء الأطفال عالية، ومستواهم فى القراءة والكتابة والتعبير أفضل، وقدرتهم على حل المشكلات أعلى من أقرانهم ممن لم يحظوا بنفس الحظوة.

تساعده على اكتشاف متعة العلم والقراءة:

عندما يجد الطفل كتبًا تناسب ميوله وتشبع هواياته يبدأ تدريجيًا إلى التحول إلى القراءة لملء وقته. فالقراءة متعة للطفل إذا وجد الكتاب المناسب.

كأن يتعلم عن شرطى المرور وآداب السير وطريقة حل المشكلات. يتعلم الطفل من خلال الاستماع أن مشكلاته جميعها لها حل، وأن أبطال القصص التى يسمعها أو يقرؤها مثله يمرون بنفس مشاكله ولكنهم يستطيعون التغلب عليها. كما أن القراءة الممتعة تدفع إلى المزيد من القراءة والاستكشاف وهذا ليس فقط فى المواد المطبوعة بل وفى المواد المنشورة على صفحات الإنترنت. وسأشرح لاحقًا المرحلة العمرية وميولها لتسهيل اختيار الكتب المناسبة.

تساعد على نمو المهارات القرائية الكتابية:

فالنمو فى القراءة والكتابة مرتبطان ارتباطًا وثيقًا ببعضهما. فتعلم المفردات الجديدة وكيفية استخدامها ينعكس على موضوعات الكتابة والتعبير. كما أن الطفل القارئ أو الذى يقرأ له تكون له خبرات واسعة وطرق متعددة فى حل المشكلات وكل تلك المهارات تنعكس على تناول موضوع الكتابة.

تعزز من ثقة الطفل بنفسه وقدراته وحب الآخرين له:

فبكثرة الاستماع والقارئ تزداد الحصيلة العلمية واللغوية للطفل، ويعزز شعوره بالحب والأمان من قبل الأم القارئة، ويتعلم بعض المهارات السلوكية والأدائية وكل ذلك يعمل متعاونًا على تعزيز ثقة الطفل بنفسه وقدراته. فقد اكتشفت دراسة مطولة أن الطلاب ذوى المهارات القرائية غير المقبولة يفتقدون الثقة بالنفس والهمة لتعديل

المستوى الدراسى، ولكن بعد القراءة الجهرية لهم لفترة امتدت إلى الثلاثة أشهر بدأ التحسن فى مستوى القراءة واضحًا منعكسًا على مهارات التعبير الكتابى. كما سلطت الدراسة الضوء كذلك على تحسن دافعية الطلاب نحو العلم وزيادة ثقة الطالب بنفسه ومهارته. وبشكل عام فإن بعض الدراسات فى الولايات المتحدة الأمريكية تجد ارتباطًا بين الضعف فى القراءة وظهور بعض المشكلات السلوكية والتى يمكن السيطرة عليها بتحسن الأداء القرائى.

تعلم الطفل مهارات الإلقاء والتمثيل:

عندما يقرأ القارئ للطفل أو حتى القارئ بصوت مسموع فإنه يتعلم أن صوت البطل الشرير يختلف عن صوت العصفور المسكين فى القصة، ويتعلم بالاستماع إلى اختلاف نبرات الصوت معبرة عن الحالات النفسية المختلفة. يكتسب الطفل من خلال ذلك الكم من التنويعات مهارات تمثيلية تساعده فى الإلقاء.

تنمى العلاقة بين القارئ والطفل:

قد يكون هذا العامل من أهم العوامل الأسرية وبين المعلم وطلاب صفه. فالقراءة ليست سردًا لبعض المعلومات المكتوبة فى النص، بل إنها نقل الكلمات إلى الحياة بطريقة شائقة. فعندما تضع الأم الطفل فى حضنها وتبدأ القراءة يحس الطفل بمتعة القراءة ومتعة الحنان والاقتراب من الأم. فيضحك القارئ والطفل، ويتبادلان الأفكار، ويثيران الكثير من الأسئلة، ويتعرف القارئ إلى شخصية الطفل أكثر فأكثر، فكل ذلك يسهم فى تقوية العلاقة بين القارئ والطفل وتأكيد شعور الطفل بالحب والأمان مرتبطًا بحب العلم والقراءة. وهذا ينطبق فى الصفوف الدراسية كذلك، فقد أثبتت الدراسات أن تخصيص خمس دقائق فقط من وقت الحصة لقراءة شىء ممتع للطلاب قادرة على دفع المهارات التحصيلية للطلاب فى القراءة والكتابة والتعبير كما أنها تقوى علاقة الطالب بالمدرس وتجعله أكثر قبولاً من ذى قبل.

توجه الطفل نحو القراءة بدلاً من التلفاز:

العادات الحسنة يتعلمها الطفل منذ الصغر، فإذا تعلم الطفل منذ صغره أن يتوجه إلى التلفاز لشغل وقته أو لانشغال الوالدين عنه سيستمر فى قتل وقته بالتلفاز طوال حياته. ولا مجال هنا لذكر أخطار التلفاز وآثاره السلبية على التنشئة، كذلك توجيه الطفل نحو عالم القراءة والاكتشاف منذ الصغر وتعليمه شغل وقته بكل ما هو مفيد نافع عادة تبقى معه ويستفيد منها طوال حياته.

تعلم الطفل احترام الكتاب والعلم:

إذا شعر الطفل أن الكتاب له قيمة علمية وفائدة ومتعة، ورأى طريقة معاملة القارئ واحترامه للكتاب فإنه سيتعلم تلقائياً أن الكتاب ليس مجرد أوراق مرصوصة لتوضع على الرف بل يحتوى كنوزاً تريد من يتعامل معها باحترام وتقدير.

أثناء القراءة للطفل هناك الكثير من الأساسيات التى يجب أن يعيها القارئ فى البيت والمدرسة ومن ذلك أن يتذكر القارئ أن الهدف من القراءة تحقيق أهداف كثيرة علمية ولغوية واجتماعية ونفسية ودينية. وتتحقق الأهداف عن طريق:

- اختيار الكتب المناسبة لسن الطفل وميوله.
- الإجابة عن جميع أسئلة الطفل بصدق وببساطة مع ترك المجال أحيانا للطفل لاكتشاف الجواب بمفرده من خلال القصة، ويجب أن يشعر الطفل بأن المجال مفتوح له دومًا للسؤال دون خوف.
- الإشارة إلى المفردات الجديدة فى القصة وكيفية استخدامها بطريقة شائقة.
- إعطاء الطفل الفرصة الكافية للتعبير عن نفسه وشعوره وأفكاره أثناء القصة وبعد الانتهاء من القراءة.
- جعل وقت القصة وقتًا لتقوية العلاقة مع الطفل دون تأنيب أو صراخ أو تذكير بأخطاء الصغير.

- القراءة بتعبير وتمثيل قدر المستطاع فيغير القارئ من نبرة صوته باختلاف المواقف والشخصيات.
- إهداء الطفل هدية كتاب بين حين وآخر.
- لفت نظر الطفل إلى أن كل ما حوله يقرأ من علب الإفطار والمعجون وإشارات المرور وأسماء الشوارع والجرائد والمجلات وأسماء المحلات وغيرها.
- تشجيع الطفل أن يقرأ للوالدين أو الطفل الأصغر أو أن يخبره بمحتوى قصة سمعها.

اختيار الكتب المناسبة ونمو الطفل:

نمو الأطفال يختلف من طفل إلى آخر، ولكن هناك بعض الخطوط العريضة المرتبطة بنمو الطفل العقلى واكتشافه للبيئة من حوله تساعد الأم أو القارئ اختيار الكتب المناسبة لتلك المرحلة:

من عمر ٣- ٥ سنوات:

الطفل فى هذه المرحلة العمرية المبكرة لديه فضول لمعرفة البيئة المحيطة به.. فنلاحظ أن الطفل أقل من ٣ سنوات مثلاً يحب معرفة الكثير عن قصص بانيو الاستحمام أو غطاء السرير المفضل لديه أو أنواع الطعام التى يأكلها، وكأن كل ما فى الكون يتمركز فى عالمه الخاص فقط. وتتوسع تلك الدائرة بتقدم السن فيريد أن يعرف فى البداية المزيد عن أسرته ثم عن منزله ثم عن حديقة المنزل ثم عن حديقة الحى ثم عن الشرطى الذى يحرس الحى وهكذا. وكلما صغرت سن الطفل تصغر دائرة اهتماماته. ويستمع الطفل فى هذه المرحلة بشغف عن الحيوانات الأليفة المفضلة لديه. وهذه الفترة من أخصب الفترات لتعليم الطفل السلوكيات المحببة ولتوسيع مداركه وخياله.

من عمر ٥- ٨ أو ٩:

الطفل فى هذه المرحلة يغادر الواقع لبعض الوقت فهو يريد أن يعرف الكثير عن

الديناصورات والوحوش والشخصيات الخيالية مثل السوبرمان والسندريلا مثلاً، ولديه فضول ليسمع أو ليقرأ عن الساحرات والأشباح والحوريات. ويجب أن توضع تلك الأمور فى الحسبان عند اختيار قصص للطفل.

من عمر ٨ أو ٩ إلى المراهقة:

يعود الأبناء والطلاب فى هذه المرحلة إلى أرض الواقع بحماس بالغ، فيحبون فى هذه المرحلة القراءة عن المغامرات والأبطال والتضحيات، كما يحب القارئ فى هذه المرحلة العمرية حل رموز المغامرات والألغاز البوليسية وكشف الغامض.

وعند اختيار كتب للأبناء يجب أن يعطى الأبناء فرصة للتعبير عن آرائهم فى اختيار القصة وإتاحة الفرص لهم تباعًا لاختيار القصص التى تروق لهم.

تطبيقات للقراءة الجهرية للأطفال:

١- من الممكن أن تقرأ الأم لطفلها فى صفه أمام الطلاب، فتلك الفكرة مطبقة فى بعض مدارس الولايات المتحدة الأمريكية وتلقى رواجًا كبيراً بين الطلاب والمعلمين.

٢- القراءة لا تعنى الاعتماد على الكتاب فقط أثناء القراءة، فهناك المجلات والصحف والإنترنت.

٣- عن طريق الاستماع للقراءة يتعلم القارئ الكثير من المهارات مثل ربط الحذاء وركوب الدراجة وحل المشكلات اليومية، ومع تقدم المرحلة العمرية يتعلم القارئ عن طريق القراءة أصول وقواعد الطريق، تشغيل برامج الحاسوب، وغيرها من الأمور العلمية العملية.

٤- القراءة للأطفال منذ صغرهم تقيهم الكثير من المشكلات السلوكية عند الكبر. فمثلاً عند سؤال الطفل الأم أثناء القراءة عن ولادة الطفل الصغير أو الزواج أو التكاثر مثلاً يتعلم، بأن أسئلته دائمًا لها إجابة مهما كانت بسيطة، ودائمًا صدر الأم أو الأب متسع لذلك فلا يتوجه إلى المصادر الخطأ لاستقاء المعلومات.

فالقراءة للطفل وتعويده عليها ليست ترفًا أو نشاطًا يستخدم لقتل الوقت بل هو أساس لتقدم علمي وذهني للطفل يتفوق به الطفل على أقرانه، وفرصة ثرية لزيادة حصيلته اللغوية وإخصاب خياله، وفرصة ثرية لتقوية علاقة القارئ بالمستمع، والإجابة بصدر رحب على جميع تساؤلاته والتي ستقيه في المستقبل وتعده لمشكلات الحياة.

باختصار.. القراءة للطفل تعيد تشكيل علاقة الطفل بنفسه وقدرته ووالديه والعالم من حوله.



مسابقات لقياس القدرات الوجدانية

نماذج لمسابقات تختبر قدرة الأطفال على التحكم فى انفعالاتهم قبل سن عشر سنوات:

يمكن عمل مسابقة بين الأطفال فى القدرة على التحكم فى انفعالاتهم. . وذلك بأن نجلس مع مجموعة من الأطفال فى نفس المرحلة العمرية. ثم نقول لهم: أمامكم الآن نوع من الحلوى الذى تحبونه جميعًا. من يريد أن يأخذ منه الآن يأخذ قطعة واحدة فقط. . ومن ينتظر قليلاً لمدة ربع ساعة مثلاً يأخذ قطعتين.

وبعدها قم بملاحظة الأطفال. .

فالطفل الذى يتحكم فى نفسه هذا الوقت ويؤجل رغبته ويقاوم حاجته للإغراء الذى تحدثه الحلوى فى نفسه، فهذا طفل يمتلك ذكاء وجدانياً جيدًا أو مؤهلاً لأن يكون شخصًا مميزًا فى المستقبل.

والطفل الذى يتعجل فى أو الوقت مباشرة فهذا يشير إلى أنه ضعيف من الناحية الوجدانية. . . ولا يستطيع أن يتحكم فى ذاته أو يؤجل رغباته.

والطفل الذى يتحمل بعض الوقت وعندما يشاهد أول طفل ذهب ليأخذ قطعة حلوى يقاوم لحظة، ثم يبادر بتقليده فهذا طفل شخصيته تتصف بالتبعية وليس لديه مقومات الشخصية المستقلة بشكل جيد.

وبالتالى يعد ذلك اختبارًا بسيطًا وليس شاملاً وإنما مسابقة سريعة لتحديد مدى وجود القدرات الوجدانية عند الأطفال.

نماذج لمسابقات أخرى:

يمكن أن تطلب من الأبناء بعد سن عشر سنوات فى وجود مسابقة فيمن يستطيع صلاة الفجر فى جماعة لمدة أربعين يومًا متواصلاً، سوف يأخذ جائزة كبيرة.

وتلاحظ بعدها قدرة الشخص على مقاومة نزعات النفس والقدرة فى إدارة ذاته .

نموذج لمسابقة أخرى:

فى مرحلة المراهقة:

- يمكن عمل مسابقة بين الأبناء فيمن يستطيع أن يمنع نفسه من الأخطاء تمامًا لمدة شهر مستمر . . . فهذا له هديه جيدة . .
- ويمكن عمل مسابقة فى أفضل واحد يقدم مساعدة للآخرين فى هذا الشهر ، ويطلق لكل شخص الحرية فى اختيار الأعمال التى يراها من وجهة نظره الأفضل . وبعد ذلك يتم التقييم الجماعى للأعمال مع الحرص ألا نسخر من أى عمل مهما كان حجمه .
- ويمكن عمل مسابقة أخرى فيمن يستطيع أن يتحكم فى غضبه لمدة أسبوع أو أكثر متواصل . . .



الخاتمة

يولد الطفل بعقل نقى ثم يأخذ من خبرات أبويه، ثم يتأثر بأصدقائه ومعلميه والكتب التى يدرسها أو يقرؤها، ثم بالمجتمع الذى يعيش فيه ليكون خبراته الشخصية فتتحدد شخصيته، فإن كانت خبرته التى أخذها عن والديه ذات أسس ورواس متينة يكون تأثيرها أقوى وتصبح سداً منيعًا لتأثيرات الغير إن كانت سلبية . . والطفل يستخدم ذكاءه فى الخير أو فى الشر.

حيث يخرج الطفل للمجتمع بكل مؤثراته وكل معوقات التكيف فيه، فإن لم يجد ما يساعده على العيش فى هذا المجتمع تحول إلى شخص مضاد للمجتمع، فيسرق ويكذب ويمكن أن يصل إلى كل أنواع الجرائم، وفى هذه الحالة يفقد الشخص كل قدراته الوجدانية، وتموت لديه العواطف ويتحول إلى مادة تتعامل مع مواد صلبة.

ومن هنا كان أهمية الذكاء الوجدانى، وأهمية تنمية القدرات الوجدانية منذ الصغر . . وهذا ما تم معالجته فى هذا الجزء من سلسلة تنمية القدرات عند الأبناء.

وبالتالى تظل عملية التنمية مستمرة، وما قد تناولناه بالشرح والتفصيل فى الصفحات السابقة ما هو إلا مجموعة خطوات على طريق نهايته الفلاح والنجاح بإذن الله تعالى . . .

ولذا فنحن فى تواصل مع سلسلة تنمية القدرات عند الأبناء فنرجو من الله تعالى القبول والسداد . . .

د. سعد رياض



تعرف على المؤلف

حاصل على دكتوراه فى علم النفس، ٢٠٠٢، بتقدير مرتبة الشرف الأولى. فى القياس والتقويم والعلاج، تحت عنوان « تقنين مقياس وكسلر لذكاء الأطفال والكشف عن دلالاته الإكلينيكية -دراسة تشخيصية علاجية».

* حاصل على ليسانس آداب، علم نفس، ١٩٩٢، جامعة المنصورة.

-حاصل على ماجستير فى علم النفس، ١٩٩٨، بتقدير ممتاز. جامعة طنطا. تحت عنوان: قدرة المؤسسة الانتاجية على إشباع الحاجات المتدرجة وعلاقتها بالتوافق العام والمهنى.

-حاصل على دبلوم علم النفس الإكلينيكى، ٢٠٠٠، بتقدير ممتاز. جامعة المنصورة.

-حاصل على دورة إعداد تويفل (لغة انجليزية) ٢٠٠٠، بتقدير ممتاز. جامعة المنصورة.

-مراجع جودة تعليم خارجى، الهيئة القومية لضمان الجودة والاعتماد.

للتواصل وإبداء الرأى:

البريد الإلكترونى/ saad_riad@hotmail.com

الإصدارات الحالية بحوث ودراسات وكتب وشرائط كاسيت:

* تقنين مقياس وكسلر لذكاء الأطفال. (٢٠٠٤) دار الكلمة للنشر والتوزيع - المنصورة -دقهلية.

سلسلة العلاج النفسي ومنها صدر:

١- مدخل في الاضطرابات النفسية (٢٠٠٣)، دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة -دقهلية.

٢- علاج الاكتئاب. (٢٠٠٣)، دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة -دقهلية.

سلسلة الأسس النفسية للنمو الإنساني:

١- النمو النفسي من الجنين إلى ٥ سنوات. (٢٠٠٣)، دار الكلمة للنشر والتوزيع - المنصورة - الدقهلية.

٢- الطفولة الهادئة. (٢٠٠٤) دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة -دقهلية

٣- بداية المراهقة - بلوغ بأمان (٢٠٠٤)، دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة

٤- نهاية المراهقة بأمان (٢٠٠٥) دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة.

٥- أزمة منتصف العمر (٢٠٠٦) دار الكلمة، المنصورة.

٦- سيكولوجية المسنين (٢٠٠٦) دار الكلمة، المنصورة

كتب أخرى:

١- تربية الأبناء في سؤال وجواب (٢٠٠٤)، اقرأ للنشر والتوزيع -القاهرة.

٢- علم النفس والقرآن الكريم (٢٠٠٤)، اقرأ للنشر والتوزيع -القاهرة

٣- علم النفس والحديث الشريف (٢٠٠٤)، اقرأ للنشر والتوزيع -القاهرة

٤- الصحة النفسية للمرأة في سؤال وجواب (٢٠٠٤) اقرأ للنشر والتوزيع، القاهرة.

٥- المعلم صفات ومهارات. دار الكلمة للنشر والتوزيع(٢٠٠٣)، المنصورة.

٦- الوصايا العشر للطالب. دار الكلمة للنشر والتوزيع(٢٠٠٢)، المنصورة

٧- الإضـرابات النفـسـيـة للأطفـال والمراهقـين. (٢٠٠٣)، دار الكلمـة للنشـر والتوزيع.

٨- مقياس الحاجات النفسية للعمال (٢٠٠٤) مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

٩- الشباب بين الموهبة والإبداع (٢٠٠٤) المجرة للنشر والتوزيع، القاهرة.

١٠- الصحة النفسية للعمال (٢٠٠٥) دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة

١١- الذكاء -مفهومة وقياسه وتنميته(٢٠٠٥) دار الكلمة للنشر والتوزيع.

١٢- الوصايا العشر للداعية إلى الله (٢٠٠٥) شروق للنشر والتوزيع، المنصورة.

١٣- البنات والحب (٢٠٠٥) المدينة، المنصورة، الدقهلية.

١٤- الشخصية، أنماطها أمراضها، فن التعامل معها (٢٠٠٥)، اقرأ للنشر والتوزيع.

١٥- طفلك الموهوب اكتشافه ورعايته، (٢٠٠٦) شروق للنشر والتوزيع، المنصورة.

١٦- اكتشف عبقرية طفلك ومهارات للتنمية، اقرأ للنشر والتوزيع، القاهرة.

١٧- كيف تحبب أبناءك فى القرآن الكريم، اقرأ للنشر والتوزيع، القاهرة.

١٨- فن الحوار مع الأبناء، اقرأ للنشر والتوزيع، القاهرة.

١٩- فن غرس القيم، اقرأ للنشر والتوزيع، القاهرة.

٢٠- طفولة بلا مشكلات، الأندلس الخضراء، السعودية.

٢١- أخطاء الآباء في متابعة تعليم الأبناء. أجياد، القاهرة.

٢٢- الطفل التوحدى (الذاتوى)، دار النشر للجامعات، القاهرة.

٢٣- سلسلة كتيبات سنة أولى أمومة (٤ أجزاء)، المستقبل، القاهرة.

٢٤- سلسلة كتيبات وداعًا لمشكلات الأبناء (٨ أجزاء)، المستقبل، القاهرة.

٢٥- الدليل الشامل للنجاح والسعادة، دار خالد بن الوليد، القاهرة.

٢٦- الموسوعة الذهبية في السعادة الزوجية، دار خالد بن الوليد، القاهرة.

٢٧- موسوعة علم النفس والعلاج النفسي من منظور إسلامي، دار ابن الجوزي، القاهرة.

٢٨- حماية الأطفال من المخاطر، دار ابن الجوزي، القاهرة.

٢٩-آباء وأبناء: مواقف تصنع مستقبل الأبناء، دار ابن الجوزي، القاهرة.

٣٠- موسوعة سيكولوجية الغذاء تأليف مشترك: دار ابن الجوزي، القاهرة.

٣١- من فضلك يا أبي اجلس معي ساعة. دار الصحوة، القاهرة

٣٢- أسعد بنت في العالم، دار ابن الجوزي، القاهرة.

٣٣- احكي لي حدوته، دار ابن الجوزي، القاهرة.

٣٤- الرائد في المناهج التعليمية (٣ أجزاء) تأليف مشترك.

* الرائد من ٦-٩ سنوات (٢٠٠٣)، دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة.

* الرائد من ٩-١٢ سنة (٢٠٠٣)، دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة.

* الرائد من ١٢-١٥ سنة (٢٠٠٣)، دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة.

مجموعة شرائط كاسيت عن فن التعامل مع الأبناء ١٠ شرائط، وهي تابعة لشركة شروق للنشر والتوزيع بالمنصورة، الدقهلية.

مجموعة شرائط تصدرها شركة سما، القاهرة. ومنها:

* فن الحوار مع الأبناء.

* كيف تحبب القرآن الكريم لأبنائك؟

الإشراف الكامل على موسوعة تربية الأبناء وهى عبارة عن (١٠ C) وهى تابعة لشركة اليسر للبرمجيات (جدة -القاهرة) (٢٠٠٤) .

بالإضافة لنشر العديد من الوسائل التعليمية والترفيهية والتقويمية للطلاب، منها:

١ - قياس ذكاء الأبناء بالمكعبات (٢٠٠٦)، دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة .

٢- المهارات التركيبية . (٢٠٠٦)، دار الكلمة للنشر والتوزيع -المنصورة .



الفهرس

الموضوع	الصفحة

الفصل الثالث : تنمية مساعدة الذات منذ الصغر

الفصل الرابع: تنمية الذكاء الوجدانى والقدرات العاطفية

الفصل الخامس: دور المعلم والمدرسة فى تنمية الذكاء الوجدانى

الفصل السادس :معوقات تنمية الذكاء الوجدانى وإدارة الذات



تنمية القدرات والمهارات

البناء النفسي للطفل

تنمية المهارات الوجدانية وإدارة الذات



دار الصحوة للنشر والتوزيع
5 عطفة فريد - من شارع مجلس الشعب
القاهرة - جمهورية مصر العربية
تليفاكس: 23937767
بريد إليكتروني
daralsahoh@gmail.com